

# Valle Umbra Trekking

Aula Verde Altolina



Via Chiovada, 1, loc. Pale Foligno(PG) tel. 334 5793365 - codice fiscale 01662900545

Sito internet: [www.fiefoligno.it](http://www.fiefoligno.it) e-mail: [info@fiefoligno.it](mailto:info@fiefoligno.it) Facebook: <https://www.facebook.com/valleumbra trekking/>

---

## **MONTE ACUTO del gruppo Catria**

**Domenica 29 agosto 2021**

**(percorso ad anello)**

Questa che presentiamo è una escursione abbastanza breve, soli 10 km, ma presenta un po' di difficoltà, non tanto per il dislivello complessivo, quanto per la parte finale che scende di 500 metri in poco meno di due km di percorso. Escursionisti esperti ed allenati supereranno il tutto con facilità. Premesso ciò, il percorso prende il via da un fontanile "fonte Luca" poco sopra l'abitato di Chiaserna. Si sale, per un tratto verso "bocca della valle" e subito dopo il rifugio casetta Mochi. Da lì, un lungo tratto di sentiero, sotto l'ombra dei faggi, ci conduce alla fonte delle Gorghe ed all'omonimo rifugio. Lasciamo la faggeta, costeggiamo lo sterrato delle piste di sci e saliamo sul crinale del M.Acuto fino alla sua vetta, 1668m. Il panorama si apre su vette vicine (Catria) e lontane, vallate e centri abitati. Una sosta, poi ci dirigiamo verso il percorso impegnativo, scendendo con calma ed attenzione, tra roccette, ghiaioni e ciuffi d'erba. Anche la discesa ci offre bei panorami delle vallate sottostanti, fino all'abitato di Cantiano.

**Programma:** Ore 7,00 ritrovo presso il piazzale Winner,  
Ore 7,15 partenza per Chiaserna.  
Ore 8,15 arrivo ed inizio escursione.  
Ore 14,00 circa fine esc. e rientro a Foligno.

**Descrizione:** Dislivello 755 m. in salita ed altrettanti in discesa.  
Difficoltà EE.  
Distanza 10 km circa  
Tempi 5,5 ore soste comprese.

**Equipaggiamento:** Vestiario consono alla stagione, scarponi ben rodati, zaino con acqua e pranzo al sacco, cappello, crema solare, bastoncini( molto utili per la discesa)

### **Prenotazioni:**

Entro sabato 21 agosto presso il seguente accompagnatore: Biagio Nalli 347/2541218

Referenti escursione: AEN Biagio Nalli 347/2541218

AEN Giuseppe Castellano 334/6119171

Le escursioni sono aperte ai soli tesserati F.I.E. dell'anno in corso. Eccezionalmente, coloro che desiderano fare una prima uscita di prova, potranno partecipare versando la quota per la copertura assicurativa giornaliera di euro 5,00 e comunicando, all'accompagnatore referente, almeno il giorno precedente l'escursione, il proprio nome, cognome e codice fiscale. Sono escluse tutte le uscite di più giorni e quelle organizzate in pullman. Ai fini della sicurezza personale è importante che tutti i partecipanti comunichino all'accompagnatore, soprattutto alle prime esperienze escursionistiche, eventuali problematiche di qualsiasi natura. Per partecipare è richiesta la dotazione descritta alla voce "abbigliamento ed attrezzatura necessaria". Ad insindacabile decisione degli accompagnatori, le escursioni potranno subire variazioni, o essere annullate per ragioni tecniche, climatiche o di altra natura.

# RIPRENDIAMO IL CAMMINO!



C.R. FIE Umbria

ALCUNE REGOLE  
PER  
TORNARE A VIVERE  
INFINITE EMOZIONI!



1. NON PUOI PARTECIPARE IN CASO DI SINTOMI INFLUENZALI O TEMPERATURA SUPERIORE A 37,5°

2. NON PUOI PARTECIPARE SE NEI 15 GIORNI PRECEDENTI HAI AVUTO CONTATTI CON SOGGETTI POSITIVI AL COVID-19



3. PORTA IN ESCURSIONE MASCHERINA, GUANTI MONOUSO E SOLUZIONE DISINFETTANTE

4. MANTIENI LA DISTANZA INTERPERSONALE DI 2 METRI DURANTE L'ESCURSIONE (ECCEZIONE: STESSO NUCLEO FAMILIARE E CONVIVENTI)



5. INDOSSA LA MASCHERINA IN TUTTE LE OCCASIONI IN CUI NON È POSSIBILE MANTENERE LA DISTANZA (ANCHE NEI MOMENTI DI RISTORO)

6. EVITA COMPORTAMENTI CHE POSSONO FAVORIRE LA TRASMISSIONE DEL VIRUS (ABBRACCI, FOTO DI GRUPPO, SCAMBIO CIBO E ACQUA ECC)



7. ASCOLTA E SEGUI COLLABORATIVAMENTE LE DIRETTIVE IMPARTITE DAGLI ACCOMPAGATORI

**LA PARTECIPAZIONE ALLE ESCURSIONI  
IMPLICA LA PIENA E CONSAPEVOLE  
ACCETTAZIONE DELLE REGOLE SOPRA  
ELENCAE**

## RESPONSABILITÀ E COLLABORAZIONE

Questo è ciò che chiediamo a tutti voi, per tornare a regalarvi momenti di infinite emozioni!

