

Valle Umbra Trekking

Aula Verde Altolina



Via Trinità 1, loc. Pale Foligno(PG) - codice fiscale 01662900545

Sito internet: www.fiefoligno.it e-mail: info@fiefoligno.it

Facebook: FIE FOLIGNO VALLE UMBRA TREKKING

CASTEL DEI FIORI MONTEGABBIONE (TR)

(Domenica 12.06.2022)



Andremo a visitare un piccolo gioiello medievale, Castel dei Fiori, borgo che fa parte del circuito dei luoghi del silenzio e che domina un colle alto 540 mt s.l.m.; Si trova immerso nel verde e circondato da boschi. L'incantevole borgo conta una popolazione di qualche decina di persone che aumentano in estate e si comportano come una grande famiglia accogliendo turisti.

Il borgo mantiene il suo fascino medievale grazie alle mura di cinta del castello, già esistente nel 1350, la sua torre medievale che risale ai primi del 1200 e la chiesa di S.Maria Maddalena eretta nel 1550. Dal paese, attraverseremo una strada sterrata, percorreremo prati e incontreremo un sito archeologico, il Poggio della Croce, dove sarà visibile una necropoli, un'area sacra risalente al VI sec. d.C., proseguendo incontreremo i resti di un "Castelliere" conosciuta come il Muriccione, arriveremo ad una fonte di acqua e poi proseguiremo nel bosco.

Il sentiero boschivo, non semplicissimo, ci permetterà di ammirare vasche di acqua limpida formatasi tra una cascata e l'altra, attraverseremo un piccolo guado camminando sulle rocce che affiorano, e risaliremo poi nel bosco, incontreremo un vecchio mulino e delle piscine naturali chiamate i borgoni; da qui risaliremo e andremo a chiudere l'anello in un ampio giardino dove verremo accolti da un pranzo cucinato dalle cuoche del borgo e dell'Associazione "Gli Amici Castel dei Fiori". Il pranzo è comunque facoltativo, ad un costo di 25 euro, **di seguito il menù che ci è stato proposto dall'Associazione - Antipasto fantasia della Casetta - Pasta fredda al pesto di erbe con pomodorini - Grigliata mista - Insalata - Dolce della Casetta Acqua vino Caffè**

PROGRAMMA:

Ore 7:30 ritrovo e briefing dei partecipanti presso il parcheggio Winner di Foligno

Ore 7:45 partenza con mezzi propri per Castel dei fiori;

Ore 09:00 arrivo al parcheggio ed inizio escursione;

Ore 13:00 circa: fine escursione, pranzo.

PERCORSO:

Distanza: 10 km circa

Difficoltà: E;

Dislivello: 300 m circa

Durata: 4 ore circa

Accompagnatori: **Martellotti Sabrina, Alice Berrichillo e Ugo Nardi.**

ATTREZZATURA ED ABBIGLIAMENTO NECESSARI: abbigliamento tecnico da montagna idoneo alla stagione, crema solare, cappello ed occhiali da sole, scarponi da trekking ben rodati, bastoncini da trekking, borraccia d'acqua almeno 1.5 litro, snacks vari

Il tuo 5x1000 a favore della “Valle Umbra Trekking”

Codice Fiscale 01662900545

PRENOTAZIONI:

Telefonare o mandare un messaggio WhatsApp entro giovedì 9 giugno per chi vuole aderire al pranzo del costo di euro 25, per tutti gli altri entro il sabato 11 giugno, ai referenti sotto indicati:

Ugo Nardi 3478312836

Alice Berrichillo 3457642335

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 e collettiva è importante che tutti i partecipanti comunichino all'accompagnatore, soprattutto alle prime esperienze escursionistiche, eventuali problematiche di qualsiasi natura, inoltre i proprietari di cani sono tenuti, in relazione alle norme vigenti, a tenere il proprio animale al guinzaglio di tipo corto, ed accettarsi con l'AE che il sentiero sia loro adatto. 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.