

dal 30 Aprile all'8 maggio

Umbria Coast to Coast

Viaggio a piedi nel cuore verde

Si tratta di un trekking itinerante che unisce, non solo idealmente, l'Ovest e l'Est della nostra bellissima regione da Allerona a Castelluccio di Norcia toccando le aree naturalistiche più interessanti dal punto di vista paesaggistico tramite la fitta rete sentieristica della viabilità minore.

Ciascun socio avrà la possibilità di partecipare, dietro preventiva prenotazione, sia a ciascuna o a più di una tappa a seconda della propria condizione fisica e sarà sempre garantito un mezzo di appoggio per il trasporto bagagli. In tal modo si avrà la possibilità di intraprendere l'escursione con il solo zainetto giornaliero e trovare il proprio bagaglio presso la struttura ricettiva della tappa di arrivo.

Il trekking è stato particolarmente curato nell'itinerario, altamente suggestivo. Il pernottamento è previsto in strutture ricettive selezionate del territorio quali agriturismi, rifugi escursionistici e Bed & Breakfast.

PROGRAMMA:

30/04: Anello della Selva di Meana (Km. 13 durata ore 5 disl. m. 400)

- ore 08.15 appuntamento c/o Holiday Inn - Foligno
- ore 08.30 partenza in minibus per Allerona
- ore 10.00 arrivo a Meana ed inizio dell'escursione
- ore 16.00 termine escursione e trasferimento in minibus a Montegabbione per sistemazione in Agriturismo

01/05 : Sul Grande Anello Orvietano: da Montegiove a San Vito in Monte (Km. 15 durata ore 6 m. disl. 450)

- ore 08,30 partenza con transfert fino a Montegiove
- ore 10.00 partenza per l'escursione (possibilità di effettuare l'escursione in stile Nordic walking)
- ore 17.00 arrivo a San Vito in Monte nel primo pomeriggio e sistemazione in Agriturismo

02/05: Monti Martani 1: da Giano dell'Umbria a Scoppio (Km. 18 durata 5 ore disl. 350)

- ore 8.00 transfert con minibus da San Vito a Giano dell'Umbria
- ore 9,15 inizio escursione
- ore 16,00 arrivo a Scoppio e sistemazione in Rifugio escursionistico

03/05: Monti Martani 2: da Scoppio alla Lago di Fiorenzuola (Km. 16 durata 5 ore disl. 350)

- ore 9.00 partenza per l'escursione
- ore 16,00 arrivo al Lago di Fiorenzuola e transfert in minibus per Spoleto per breve trekking urbano a seguire trasferimento in albergo a Trevi

04/05: Sul sentiero degli ulivi: da Eggi a Bovara (Km. 16 durata 6 ore disl. 400)

- ore 9.00 transfert in minibus ad Eggi e partenza per Bovara
- ore 16.00 arrivo a Bovara e breve transfert fino a Foligno per la sistemazione nella struttura

05/05: Dalla Valle Umbra all'Appennino: da Sassovivo a Pettino (Km. 13 durata 6 ore disl. 600)

- ore 08,30 transfert fino all'Abbazia di Sassovivo con annessa visita ed inizio escursione da Casale a Pettino
- ore 16,00 arrivo a Pettino e sistemazione in Albergo

06/05: Nel cuore dell'Umbria nascosta: da Pettino a Macchia (Km. 12 durata 5 ore disl. 600)

- ore 09.00 partenza dell'escursione per Macchia
- ore 16.00 arrivo a Macchia e sistemazione in Agriturismo

07/05: Sui sentieri mistici: da Macchia a Norcia per la Val Castoriana (Km. 10 dur. 4 ore disl. 200)

- ore 08,30 transfert in minibus da Macchia fino all'Abbazia di Sant'Eutizio con annessa visita, a seguire inizio dell'escursione fino a Norcia
- ore 16.00 arrivo a Norcia e sistemazione in Ostello

08/05: Un Parco per tutti: da Norcia a Castelluccio di Norcia (Km. 11 dur. 6 ore disl. 700)

- ore 09.00 transfert in minibus fino a Forca d'Ancarano ed a seguire inizio dell'escursione fino a Castelluccio di Norcia
- ore 16.30 arrivo a Castelluccio e rientro dei partecipanti con minibus

Le tappe di domenica 1 e 8 maggio sono inserite anche quale escursione giornaliera come da programma che si allega di seguito.

Per tutti coloro che intendano partecipare a più di una tappa si elencano i relativi costi comprensivi di:

- mezza pensione o pernottto e prima colazione presso la struttura di arrivo a fine giornata;
- del transfert con mini-bus per le tappe ove previsto;
- dell'escursione con assistenza di Guide escursionistiche e del trasporto bagagli fino alla tappa successiva:

- 1^ e 2^ tappa: 30/4 e 1/5	€ 65	(mezza pensione a Montegabbione)
- 2^ e 3^ tappa: 1/5 e 2/5	€ 65	(mezza pensione a San Vito in Monte)
- 3^ e 4^ tappa: 2/5 e 3/5	€ 50	(mezza pensione a Scoppio)
- 4^ e 5^ tappa: 4/5 e 5/5	€ 65	(mezza pensione a Trevi)
- 5^ e 6^ tappa: 5/5 e 6/5	€ 50	(mezza pensione a Foligno)
- 6^ e 7^ tappa: 6/5 e 7/5	€ 60	(mezza pensione a Pettino)
- 7^ e 8^ tappa: 7/5 e 8/5	€ 65	(mezza pensione a Macchia)
- 8^ e 9^ tappa: 8/5 e 9/5	€ 20	(pernottto e prima colazione a Norcia)

A richiesta verrà comunicato il costo dell'importo di coloro che, non partecipando all'intero trekking ma solo ad una parte di esso, volessero usufruire del servizio del minibus per essere riaccompagnati dal luogo ove ha termine la/e tappa/e prescelta/e fino al luogo ove hanno lasciato le vetture.

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI ENTRO E NON OLTRE IL 28/04/2011

a Rodolfo Cherubini tel. 338/3502614
specificando le tappe a cui si intende partecipare