



VISITATE IL NOSTRO SITO: www.caivaldenza.it

25 APRILE - 02 MAGGIO 2020
COAST TO COAST MARCHE UMBRIA
DA PORTONOVO AD ASSISI

Una nuova avventura su un sentiero che attraversa l'Italia da mare a mare, dall'Adriatico al Tirreno. Noi ne percorreremo le prime 7 tappe partendo da Portonovo nelle Marche ed arrivando in Umbria ad Assisi.

Sabato 25 Aprile: Portonovo - Osimo

La prima tappa ci porterà dalle splendide spiagge adriatiche sovrastate dall'imponente parete calcarea del Monte Conero, passando per lo storico paese di Camerano famoso per la produzione di fisarmoniche, fino ad Osimo, una cittadina affascinante dalla storia millenaria e ricca di monumenti.

Dislivello: + 640 - 390

Distanza: Km. 19,6 circa;

Domenica 26 Aprile: Osimo - Filottrano

Tappa molto piacevole. Da Osimo scenderemo al fiume Musone, da cui un percorso panoramico ci porterà a conoscere ed apprezzare le splendide colline marchigiane. Filottrano di origini longobarde è impreziosita da palazzi cinquecenteschi.

Dislivello: +360 - 350

Distanza: Km. 19,2 circa

Lunedì 27 Aprile: Filottrano - Treia

In questa tappa di addentreremo nel cuore delle colline marchigiane, in un percorso dalle ampie vedute panoramiche. Siamo nella terra degli antichi Piceni. Treia è di origini romane sorta dopo la sconfitta dei Piceni e i suoi resti sono a 1 km dalla città attuale che ospita molti palazzi e chiese importanti, tra i quali la Torre Onglavina vero balcone sulle Marche che abbraccia dal mare ai Monti Sibillini.

Scarsità d'acqua sul percorso

Dislivello: +340 - 270

Distanza: Km. 21,3 circa

Martedì 28 Aprile: Treia - San Severino Marche

Bella tappa che ci condurrà alla città d'arte di San Severino attraversando borghi deliziosi, percorrendo contrade tranquille e altamente panoramiche. A San Severino da non perdere Piazza del Popolo, vero "salotto" all'aperto in una delle più scenografiche piazze delle Marche, oltre ai numerosi palazzi e chiese (anche una con una statua pare miracolosa).

Scarsità d'acqua sul percorso

Dislivello: +420 - 510

Distanza: Km. 20,4 circa

Mercoledì 29 Aprile: San Severino Marche - Piòraco

Questa 5° tappa sarà un percorso di montagna che ci sorprenderà per la natura, i panorami, gli eremi, i deliziosi borghi. Tante sono le cose da vedere, come il particolare Sant'Eustachio in Domora e in particolare ci sarà la possibilità di variante per Camerino, una città che rimane nel cuore di chi la visita, sorge ai piedi dei Monti Sibillini ed è stata anch'essa colpita dal terremoto, ed infine Piòraco a cavallo tra due versanti montuosi. Da non perdere il percorso naturalistico "Li Vurgacci" che permette di seguire il fiume Potenza nel tratto più spettacolare.

Dislivello: + 820 - 610

Distanza: Km 28 circa

Giovedì 30 Aprile: Piòraco - Nocera Umbra

La prima parte del percorso è su piacevolissimo cammino in piano, ombreggiato, a fianco del fiume Potenza. Dopo Casaluna, un percorso montano ci condurrà in Umbria, fino a Nocera “la città delle acque”. Ma prima incontreremo Fiuminata con significative testimonianze dell’età romana e poco distante dalle sorgenti del Potenza. Poi Nocera Umbra, nell’alta valle del fiume Topino, famosa per sue acque curative fin dall’antichità ed importante centro di transito sulla Via Flaminia. Centro storico importante che sta gradualmente tornando all’antico splendore.

Dislivello: + 560 - 500

Distanza: Km. 28 circa

Venerdì 1° Maggio: Nocera Umbra - Assisi

Tappa che ripercorre luoghi fortemente “francescani”. Tantissimi sentieri, splendidi boschi, vedute panoramiche, ed infine l’arrivo ad Assisi, città d’arte e culla del francescanesimo, emozionante come sempre.

Scarsità d’acqua sul percorso

Dislivello: + 870 - 990

Distanza: Km. 23,5 circa

Sabato 2 Maggio: Assisi

Necessaria visita alla città di S. Francesco e rientro

DIFFICOLTA' EE: per dislivello e terreno e lunghezza percorso si richiede un buon allenamento fisico.

OBBLIGATORI: scarponcini da montagna. **CONSIGLIATI:** bastoncini, ghette, una giacca o mantella impermeabile, abbigliamento adeguato alla stagione. Sacco lenzuolo, necessario per il pernottamento in Strutture religiose o Ostelli.

La TESSERA CAI va sempre portata nello zaino, a casa non serve.

LA PARTECIPAZIONE comporta la conoscenza integrale e l’accettazione del presente programma. SIETE INVITATI a prenderne visione sul nostro sito www.caivaldenza.it alla voce ESCURSIONI e alla voce PER I NON ISCRITTI CAI dei regolamenti sezionali e delle condizioni assicurative del CAI Nazionale da noi applicate.

IL TRAGITTO DELL’ESCURSIONE potrà essere modificato ad insindacabile giudizio degli accompagnatori nel caso lo ritengano necessario. Nel caso di iniziative personali non autorizzate al di fuori dell’itinerario stabilito, gli accompagnatori saranno sollevati da qualsiasi responsabilità.

Prenotazione obbligatoria.

Per prenotazioni: Sandra 349 1581481

Per informazioni: Giovanni Iori 331.3174848-Giuseppe Prampolini 331.1247329