



CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI
MILANO



GRUPPO SENIORES

via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano - tel 02 86463516
grupposeniores@caimilano.eu - www.caimilano.eu

14-18.5.2024

IL CAMMINO NELLE TERRE MUTATE

Marche, Umbria,



Se si dovesse coniare una definizione appropriata che identifichi questo Cammino, non ci sarebbero dubbi nel definirlo il primo itinerario escursionistico solidale italiano. Il viaggio che parte da Fabriano e termina all'Aquila, di cui noi percorreremo le tappe significativamente più belle, si svolge sul sistema di faglie che dal 1967 ha sconvolto e mutato l'Appennino Centrale. Un viaggio che lascia attoniti, dove ogni passo genera, in chi lo percorre, sentimenti contrastanti: se da una parte si può godere della meraviglia di paesaggi unici, certamente non si può non rimanere indifferenti di fronte ai segni della distruzione. Il programma è stato elaborato in maniera che i soci, specialmente coloro che normalmente scelgono i percorsi brevi, possano affrontare, all'insegna del "camminare lento", questi cinque giorni nel panorama della biodiversità ambientale seguendo dei ritmi che li facciano sentire in armonia con se stessi. A tal proposito ci sarà a disposizione un pullman per la durata del viaggio e per gli spostamenti locali. Ogni giorno ci sarà la possibilità di optare o per la camminata o per un tour in pullman avvalendosi delle guide locali. Ogni tappa permetterà di entrare in contatto con le persone che, malgrado la tragedia che si è abbattuta, non hanno voluto, rimanendo, venir meno al ruolo di testimoni, non soltanto della quotidianità, specialmente nella fatica della ricostruzione, ma anche della storia e delle tradizioni delle "Terre Mutate".

PROGRAMMA

Primo giorno - martedì 14 maggio 2024

MILANO/FABRIANO VISITA DI FABRIANO FABRIANO/CAMERINO

ore 7.00 partenza da via Paleocapa angolo piazzale Cadorna

Si parte destinazione Fabriano soste durante il viaggio

Breve giro guidato per questa città che la lavorazione della carta ha reso celebre in tutto il mondo: Tra i tesori in essa custoditi la scenografica piazza del Comune e la fontana Sturinalto del 1285, il Palazzo del Podestà in stile gotico.

Si prosegue per Esanatoglia per la visita dell'Azienda Agricola Eros Santaroni ubicata in corso Vittorio Emanuele II. Eros ha assorbito la passione per l'agricoltura biologica dai genitori e nonni. L'abbondanza del territorio gli permette di produrre, tra le altre cose, miele, polline, distillati di lavanda, caramelle, creme di bellezza e stemi di zafferano.

Dopo la visita partenza per Località Le Calvie sistemazione nelle camere e pernottamento

pernottamento

Country House Le Calvie

Località Le Calvie Camerino (Mc)

mentre la cena

Villa Fornari

Località Le Calvie 2 Camerino (Mc)

Secondo giorno - mercoledì 15 maggio 2024 tappa

CAMERINO/FIASTRA o VISITA DI CAMERINO EDESCURSIONE ALLE LAME ROSSE

Dopo colazione partenza in bus per Camerino. Qui scendono tutti

chi fa la gita lunga CAMERINO/FIASTRA

Si entra nel Parco dei Monti Sibillini Il cammino è vario: a tratti su asfalto a tratti su carrarecce e sentieri che si inoltrano nei boschi di querce, aceri e castagni. Il lago di Polverina è un piacevole intermezzo. Sarà la bellezza di Fiastra con il Castello Malagotti e la chiesa romanica di San Paolo a ripagare le fatiche spese.

Dalla chiesa di san Venanzio si prende via Leopardi. All'altezza di una bar si prende la via in discesa sulla sinistra che un chilometro e mezzo conduce alla SP132. Si svolta a sinistra e la si percorre per un chilometro, facendo molta attenzione, fino ad una casa cantoniera. Si prende un'altra asfaltata fino a pervenire in località San Luca dove si prende la carrareccia che sale tra due filari di alberi. Superato un quadrivio si perviene ad un bivio dove si svolta a destra fino ad un incrocio a T dove si svolta a sinistra. Giunti ad un casolare si piega a destra su strada di campagna che dapprima scende per un breve tratto e poi prosegue in piano fino a riornare sull'asfalto in corrispondenza di un incrocio T. Si va a sinistra fino a raggiungere la frazione di Colle Altino. In corrispondenza di

un'edicola mariana si svolta a destra prendendo una strada bianca che porta all'Albergo del Sole con un piacevole affaccio sul lago di Polverina. Si prosegue fino a raggiungere il borgo di Polverina. Al bar alimentari Oasi possibilità di fare rifornimento di panini ed acqua. Seguendo le indicazioni per Fiastra si svolta a destra che ci porta alla SP58. Qui si svolta a sinistra e la si percorre per tre chilometri in salita sino ad un tornante si prende il sentiero che si inoltra nella boscaglia. Giunti ad un bivio si prende la stradina a sinistra che porta alla fine del bosco. Dopo un tratto nuovamente in salita si supera la frazione di Bolognesi e si prosegue in direzione Fiastra fino a giungere sotto la fortezza. Con un'ultima salita a zig zag si giunge al castello Malagotti ed alla chiesa romanica di san Paolo da cui si gode una vista impagabile sul lago artificiale. Qui ci si ritrova con chi ha fatto la gita corta.

Lunghezza 21 km dislivello in salita 870 m in discesa 745 m difficoltà E grado impegnativa

chi fa la gita breve VISITA DI CAMERINO ed ESCURSIONE ALLE LAME ROSSE

Dopo un breve giro per la città di Camerino il cui fascino dal sapore antico è dovuto al centro medievale ancora parzialmente agibile partiamo per Fiastra dove si parcheggia ai piedi della Diga del lago. Incontro con la guida

Lame Rosse

Si parte a piedi dalla diga del lago proseguendo a piedi sopra la diga, poi si sale e al primo incrocio sulla sterrata si gira a destra proseguendo per altri 30 minuti circa. Oltrepassato un torrente (quasi sempre a secco) si procede dritti e poco dopo ad un bivio si sale a sinistra (non scendere a destra) dove inizia una ripida ma brevissima salita, dopodiché il sentiero procede sempre in salita ma molto tranquillamente nel bosco. Dopo un'altra mezz'ora / tre quarti circa si incontra una piccola valle, con fondo di ghiaia. Risalendo questa per circa 15 minuti (il tratto è un po' faticoso, ma ne vale la pena!) si giunge alle Lame Rosse.

Il tempo di percorrenza andata e ritorno è di 3 ore / 3 ore e mezzo. Dislivello 200 metri

Ritorno a Fiastra per fare un breve salto al Castello per ammirare il lago dall'alto. Qui ricompattato il gruppo si va al Museo del Camoscio Via Del Lago,5 per conoscere il Parco dei Sibillini e Monti della Laga e il Camoscio Appenninico. Alla fine trasferimento in pullman a Campobonomo sistemazione nelle camere cena e pernottamento a Le Casette Agriturismo

Terzo giorno - giovedì 16 maggio 2024

FIASTRA/USSITA e MONTE CARESCHIO

Dopo colazione partenza per Fiastra

chi fa la gita lunga FIASTRA / USSITA

Una delle tappe più belle di tutto il cammino perchè si entra nel cuore del Parco dei Monti Sibillini ma tra le più impegnative. Il paesaggio è un rincorrersi di creste, cime aguzze e pendii scoscesi. Il percorso termina ad Ussita dominata dal massiccio dolomitico del Monte Bove.

Da via Roma si svolta in via Umberto I fino ad un incrocio con bella fonte e lavatoio. Da qui il cammino coincide con il Grande Anello dei Sibillini. Si prende una strada bianca che sale verso il rifugio del Tribbio. Si entra nel bosco su una mulattiera ripida fino a raggiungere la

Fonte del Pozzo posto ideale per ammirare il lago di Fiastra ed il paesaggio circostante. Svoltando a destra e poi a sinistra si prende la carrareccia che risale il crinale del monte Cogliata. Si abbandona poi la strada bianca e su un sentiero in discesa ci si inoltra nella valle di Campobonomo costeggiando un bosco di conifere. Giunti a Fonte Troccaccia si risale verso Pian del Capriolo su una strada panoramica che attraversa i larghi dossi erbosi de Le Vallicelle. Successivamente il sentiero sbucca su una strada bianca e sassosa che porta a Pian del Lupo. Qui la strada compie una larga curva verso destra, alla metà della quale si prende una sterrata che conduce alla valle di Ussita. Si procede dritti fino a raggiungere la Località Le Arette dove si sbucca su una strada asfaltata. Si prosegue dritto su uno sterrato e dopo aver costeggiato il rifugio San Benedetto ed un abbeveratoio per animali si giunge ad un bivio. Sulla sinistra si prende una traccia in discesa che porta ad incrociare il sentiero in direzione della Torre di Visso meta della tappa del giorno successivo. Si svolta a sinistra e si giunge a Sasso una delle frazioni di Ussita più devastate dal terremoto. Alla prima traversa si gira a destra e si procede verso il centro del paese. Attraversato il ponte e presa via del Fiume si raggiunge il centro del Paese. Da qui si va verso L' Hotel Crystal Chalet

Lunghezza 20,5 km dislivello in salita 1001 m in discesa 827 m difficoltà E grado impegnativa

chi fa la gita breve

partenza del gruppo in pullman per il santuario di Macereto dove incontriamo la guida

ESCURSIONE AL MONTE CARESCHIO

Partenza dal Santuario di Macereto (1000 m), cammineremo sull'altopiano di Macereto fino a raggiungerne il punto più alto: la cima del Monte Careschio (1366 m). Dalla cima il panorama è meraviglioso: da Croce di Monte Rotondo, Monte Rotondo, Pizzo Acuto e Pizzo tre Vescovi, poi Bove nord e Bove sud ed il Bicco. Itinerario ad anello

Grado di difficoltà di tipo Escursionistica, Dislivello: 450 m Tempo di percorrenza effettivo: 2:30 h Lunghezza: 10 km -

Dopo l'escursione andiamo al rifugio Casali in via Sant'Anastasio Casali per uno spuntino e per incontrare Patrizia Vita e ascoltare la sua testimonianza sull'esperienza che ha vissuto

Dopo l'incontro andiamo ad Ussita all' Hotel Crystal Chalet sistemazione nelle camere cena e pernottamento

Hotel Crystal Chalet

Via Piè La Costa 1°, Ussita

Quarto giorno - venerdì 17 maggio 2024

USSITA/VISSO (per tutti) e VISSO/CAMPI

Dopo colazione si parte

per tutti USSITA /VISSO

Dalla piazza principale di Ussita si attraversa la frazione Sasso. Poco dopo aver percorso un chilometro si lascia la via principale per prendere il sentiero a sinistra che porta ad un incrocio a "T". dove si imbecca la strada a sinistra (E 7 n 307). Si procede a mezza costa sulla dorsale meridionale del monte Careschio su un sentiero stretto, a tratti esposto. Percorsi 7 chilometri inizia una dolce discesa che porta ad una radura dove si trova un incrocio. Si svolta a sinistra e si prende il Grande Anello dei Sibillini (Gas) che entra in una folta pineta. Percorso un chilometro mantenendo la sinistra si giunge ad un bivio. Si

prosegue dirittofino a giungere alla Torre. Qui si prende la strada, dapprima sterrata e poi asfaltata, che conduce al centro del paese. Giunti al bivio sul quarto tornantesi tiene la sinistra. Percorso un centinaio di metri s'imbocca la discesa sulla destra al cui termine si ritrova la strada asfaltata. Più avanti giunti ad un incrocio a T si svolta a sinistra verso largo Corridori. Giunti sul piazzale s'imbocca sulla destra via Cesare Battisti. La gita breve termina alla Pasticceria Vissana via C. Battisti 18 dove il pulmann verrà a recuperarli
Lunghezza 10 km

Se c'è tempo con il pullman si va a Norcia: tempo libero per acquisti e rientro a Campi di Norcia alla Fonte Antica Agriturismo

per chi fa la gita lunga VISSO / CAMPI

Lasciati quelli della gita breve allo stop si va a sinistra passando per il punto informazioni del Parco per poi svoltare a sinistra su via Rosi. Dopo duecento metri si svolta a destra per attraversare il ponte sul fiume Nera. Si prosegue costeggiando i giardini del laghetto. Si prosegue dritti su via Sensi seguendo le indicazioni per la frazione di Borgo San Giovanni. Si riprende il Grande Anello dei Sibillini seguendo i segnavia bianco-rossi. Superato il torrente si prosegue verso sinistra risalendo il corso d'acqua ed entrando nella verde vallata. Si prende la strada bianca, l'antica via di collegamento con Norcia che si inoltra nel bosco. In lunga e costante salita si arriva ai Casali dell'Acquaro conca erbosa con alcuni casolari. Giunti alla sella si seguono le indicazioni del Grande Anello dei Sibillini per Campi e si gira a sinistra risalendo il Monte Macchialunga. Raggiunta la vetta si inizia a scendere verso la valle Castoriana a tratti ripida e con ghiaioni per ottocento metri mantenendo sempre la sinistra agli incroci. Al bivio in corrispondenza di un campo coltivatosi va a destra rientrando nel bosco. Sempre in discesa si raggiunge il fondovalle dove si prende una strada bianca in prossimità dei ruderi di una chiesetta rurale. Si svolta a destra e si prosegue in discesa sino a raggiungere la frazione di Campi alla Fonte Antica Agriturismo .
Lunghezza 23,4 km dislivello in salita 999 m in discesa 1187 m difficoltà E grado impegnativa (riferito a tutta la tappa)

Per tutti

cena e pernottamento

Fonte Antica Agriturismo

Via Vissana 7

Quinto giorno - sabato 18 maggio 2024

CAMPI DI NORCIA / MILANO CON SOSTA AL CASTELLO DI GRADARA

Dopo colazione partenza per Gradara. Il Castello di Gradara ed il suo borgo fortificato rappresentano una delle strutture medievali meglio conservate in Italia. Inoltre, le due cinte murarie che proteggono la fortezza, la più esterna delle quali si estende per quasi 800 metri, la rendono anche una delle più imponenti della penisola. Il Castello sorge su una collina a 142 metri sul livello del mare. Il mastio, il torrione principale, si innalza per 30 metri, dominando l'intera vallata. **Secondo la leggenda, la rocca ha fatto da sfondo al tragico amore tra Paolo e Francesca cantato da Dante nella Divina Commedia. Dopo la visita partenza per fa rientro a Milano**

QUOTE INDIVIDUALI DI PARTECIPAZIONE

Soci CAI: € 617

nell'ipotesi di 24 partecipanti fino a un massimo di 20 effettivi
di cui

€ 200 come caparra da versare all'atto dell'iscrizione martedì 14.11.2023

Il saldo pari a € 417 entro il 19 aprile 2024.

La quota comprende:

quattro trattamenti di mezza pensione (cena, pernottamento e prima colazione)
viaggio A/R in pullman Milano-Campi di Norcia e accompagnamento in itinere
compenso guide locali che coordineranno le gite lunghe e brevi (Lame Rosse e Monte
Careschio)

la quota non comprende tutto ciò che non è indicato alla voce "la quota comprende"

Disdetta:

qualora il partecipante dovesse recedere dalla partecipazione dopo il saldo, sarà soggetto
alla perdita della quota

Attrezzatura consigliata:

avendo a disposizione il pullman per l'intera durata del trekking si consiglia di portare uno
zaino o borsone che potranno rimanere nel pullman e uno zainetto per le escursioni
giornaliere

scarponi e bastoncini da trekking

mantellina impermeabile e ombrello tascabile

borraccia e torcia

kit di pronto soccorso

N.B.: L'organizzazione declina ogni responsabilità per cambiamenti di programma causati
dal maltempo. Ne consegue che i coordinatori hanno la facoltà di modificare il programma
e gli orari previsti.

Coordinatori:

Ferdinando Camatini 3487402566 ferdinandocamatini@tiscali.it