



**CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DI RAVENNA
"Mario Beghi"**



Via Castel S. Pietro 26 – 48100 Ravenna – Tel. e fax 0544 / 472241
e-mail: ravenna@cai.it - sito : <http://www.cairavenna.it>

18 - 19 settembre

**Norcia - Cascia - Monteleone di Spoleto
sulle tracce di San Benedetto**



L'iscrizione alla presente escursione comporta l'accettazione integrale del regolamento escursioni della sezione CAI di Ravenna, consultabile presso la Segreteria della Sezione. I NON SOCI CAI per poter essere assicurati, devono recarsi in sede dovendo firmare il documento della privacy. **Il Gruppo Escursionisti CAI Ravenna**



CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI RAVENNA "Mario Beghi"



Via Castel S. Pietro 26 – 48100 Ravenna – Tel. e fax 0544 / 472241
e-mail: ravenna@cai.it - sito : <http://www.cairavenna.it>

Questa escursione percorre le prime due tappe del Cammino di San Benedetto, ideato da Simone Frigani che lo ha presentato al Meeting della Montagna 2019, cammino che da Norcia arriva a Cassino, in 16 giorni .

Il primo giorno raggiungeremo con il pullman Norcia, paese dove nel 480 nacque San Benedetto che ha ispirato questo cammino. Siamo nel cuore dell'Umbria, ai piedi dei monti Sibillini e, dopo una breve visita di Norcia, inizieremo la ns escursione dalla piazza principale, di fronte alla Basilica di San Benedetto, martoriata dal terremoto del 2016. Ci incammineremo verso Cascia attraversando il Piano di Santa Scolastica, vasta depressione di origine tettonica, originariamente occupata da un lago. Superato in graduale salita il monte Cotica (999m) e attraversati i borghi di Piediripa, Ocrichio e Fogliano, raggiungeremo Cascia per pernottarvi in Albergo. Qui troveremo il pullman con i ns ricambi.

Il secondo giorno inizieremo la ns escursione da Cascia, di fianco alla Basilica, percorrendo parte del Sentiero di Santa Rita, magnifico percorso in mezzo al bosco, in parte scavato nella roccia ed ora rimesso in sicurezza. Giunti a Roccaporena saliremo al Sacro Scoglio. Seguiremo poi una carrareccia che, attraverso un paesaggio agreste di rara bellezza, ci porterà al suggestivo paese medioevale di Monteleone di Spoleto, dove, visitato il borgo, termineremo la ns escursione.

Dati tecnici e organizzativi: ESCURSIONE RISERVATA SOCI CAI

Tipo di percorso: (E) Strade, Carrarecce, Sentieri – Le quote della nostra escursione variano dai 600m ai 1000m slm

Impegno fisico: Medio ;

Dislivello/Tempi:

1 Giorno dati approssimativi : 18 km ; 5/6 ore + soste ; dislivello + m 500 - 400;

2 Giorno dati approssimativi: 18 km : 5/6 ore + soste ; dislivello + 500 - 200;

Abbigliamento e attrezzatura: da montagna, obbligatori scarponi con suola ben scolpita, protezione pioggia, consigliati i bastoncini- Non è necessario il sacco letto né asciugamano pernottando in Albergo. Camere doppie.

N.B. Mascherina e gel igienizzante al seguito, distanziamento m.2 in cammino, NO Assembramenti, il tutto come da Note Operative Emergenza Covid allegate.

Pranzi: al sacco;

Partenza: da Ravenna, Piazzale Natalina Vacchi, **ore 6**, **N.B. ritrovo ore 5.45**

Viaggio: Pullman . Non è necessario portare nello zaino i ricambi che possono restare in Pullman.

Spesa prevista: Le spese verranno gestite in cassa comune. Pernottamento con mezza pensione (segnalare all'iscrizione particolari esigenze alimentari,), bevande incluse, viaggio : **circa 99 euro (compreso taxa di soggiorno e contributo CAI di 2 euro)**, poco più, poco meno, a seconda del numero dei partecipanti.

Coordinatore Arturo Mazzoni

Iscrizioni: Presso Arturo Mazzoni 335 6415567(anche WhatsApp o SMS) arturomazzoni.ra@gmail.com;

. Le iscrizioni, da farsi entro il 31 luglio sono valide solo con il versamento di caparra di 40 Euro.. In caso di rinuncia alla prenotazione, la caparra sarà restituita se ci sarà rimpiazzo. **Massimo 24 persone compresi Accompagnatori. Hanno priorità, sino al 27 giugno, gli iscritti alla stessa escursione annullata per Covid nel marzo 2020.**

L'iscrizione alla presente escursione comporta l'accettazione integrale del regolamento escursioni della sezione CAI di Ravenna, consultabile presso la Segreteria della Sezione. I **NON SOCI CAI** per poter essere assicurati, devono recarsi in sede dovendo firmare il documento della privacy. **Il Gruppo Escursionisti CAI Ravenna**