

Tutti i colori dei monti Sibillini

Trekking sul Sentiero Italia tra Marche e Umbria per la rinascita



La lenticchia IGP

Questa piccola protagonista ha reso famosa la Grande Piana di Castelluccio di Norcia in tutte le sue fasi, dalla fioritura alla produzione, alla cucina. Nella tarda primavera la piana si tinge di colori meravigliosi come una tavolozza, passando dal giallo della lenticchia al rosso del papavero al viola dei fiordalisi con sfumature di narcisi, violette e asfodeli. Infine il prestigioso legume esportato in tutto il mondo è il protagonista della tavola locale.

Le terre mutate

Un territorio dove qualcosa è cambiato a partire dal 2016 quando la forza brutale della natura ha sconvolto i ritmi e le vite di questa gente. Il nostro vuole essere anche un viaggio di solidarietà a sostegno dei luoghi colpiti dal sisma.

Sentiero Italia CAI

Un viaggio lento lungo alcune delle tappe del sentiero più lungo d'Europa, recentemente ripristinato con grande impegno dal CAI. Percorreremo i vecchi sentieri della pastorizia attraverso un territorio selvaggio e variegato, tra torrenti, gole, cascatelle, ampie vallate dove non mancheranno simpatici incontri a 4 zampe.

Un parco magico



Dal 1985

Via Montebello, 118 57126 Livorno - Tel. 0586 444407

naturadavivere@ardea.toscana.it www.naturadavivere.it

NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

professionisti per natura

Dice la leggenda che la giovane Sibilla che abitava questi luoghi sapeva predire il futuro. Ma la magia non si ferma qui: da sempre si crede che questi territori siano abitati da fate, stregoni e altri personaggi fantastici.

Programma di 7 giorni / 6 notti

1° giorno: ritrovo alla Madonna delle Coste di Accumoli

Arrivo ad Accumoli e sistemazione presso l'agriturismo Alta Montagna Bio, situato appena fuori l'abitato di Accumoli. L'atmosfera è informale ed accogliente, i pasti preparati con prodotti a km 0 e nel rispetto delle tradizioni locali. In stagione visita alla fattoria con l'allevamento di bovini e suini e piccole coltivazioni per la produzione di prodotti locali.

La cena sarà con autoproduzioni della fattoria. Pernottamento

2° giorno: sentiero Italia SIN03 Madonna delle Coste (Accumoli) – Castelluccio di Norcia

Prima colazione. Con la guida ci mettiamo in marcia per la prima tappa, piuttosto lunga e di discreto dislivello che conduce fino a Castelluccio di Norcia. Puntando verso nord si costeggiano i monti Pantani per poi seguire il confine del Parco Nazionale dei Monti Sibillini. Con una lunga serie di saliscendi dominando dal lato la piana, si raggiunge Castelluccio. Purtroppo il paese è tuttora gravemente danneggiato dal terremoto ma la piana di Castelluccio regala panorami mozzafiato soprattutto in stagione con le sfumature di colore date dalla fioritura. Castelluccio è celebre per le sue lenticchie. Ci sarà modo di degustarle e di conoscere il processo di produzione presso l'agriturismo che ci ospita (dal vero in primavera e attraverso interessanti filmati in inverno)

Cena a base di prodotti tipici e pernottamento

25.3km - Dislivello 986+ 608-



Dal 1985

Via Montebello, 118 57126 Livorno - Tel. 0586 444407

naturadavivere@ardea.toscana.it www.naturadavivere.it

NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

professionisti per natura

3° giorno: sentiero Italia SIN04 Castelluccio - Norcia

Prima colazione. Proseguiamo per una tappa di lunghezza media e dislivello prevalentemente in discesa che ci trasferisce da Castelluccio al suo capoluogo di Norcia. Attraversiamo lo straordinario scenario dei Monti Sibillini dalla sua particolare morfologia carsica, pascoli si alternano a foreste e non è raro trovare le tracce della fauna locale. Nel pomeriggio visiteremo il centro storico di Norcia, parzialmente danneggiato e ora in parte riaperto al pubblico. La piazza principale emana il suo fascino reso speciale dai segni della sofferenza con la cattedrale che conserva solo la facciata e altri monumenti parzialmente distrutti. Tutto intorno un dedalo di vicoli pittoreschi segnati dal sisma. E' molto piacevole anche la passeggiata esterna alle mura che permette di ammirare le 7 porte della città.

Non mancheremo di degustare il rinomato prosciutto di Norcia. Cena e pernottamento.

15km - Dislivello 419+, 1209-

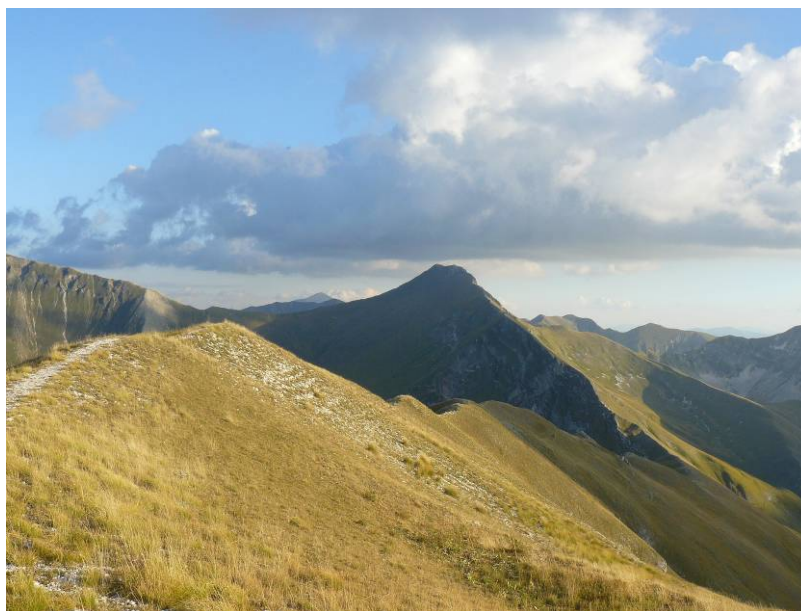
4° giorno: sentiero Italia SIN05 Norcia - Visso

Prima colazione. Partiamo per una tappa di discreta lunghezza e ampio dislivello che si svolge interamente nel Parco Nazionale dei Monti Sibillini. Il percorso ricalca l'antica via di scambio con bei panorami e piccole bellissime frazioni con le loro mura e pievi e termina con una lunga valle boscosa che scende in direzione nord fino all'abitato di Visso.

L'abitato di Visso è uno dei più colpiti dal sisma del 2016. Nel pomeriggio visiteremo un salumificio artigianale per conoscere la lavorazione del prosciutto.

Cena e più tardi se sarà possibile incontreremo una delle associazioni culturali della città che potrà raccontare l'esperienza del terremoto e della ricostruzione. Pernottamento.

17.6km - Dislivello 768+ 790-



Dal 1985

Via Montebello, 118 57126 Livorno - Tel. 0586 444407

naturadavivere@ardea.toscana.it www.naturadavivere.it

NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

professionisti per natura

5° giorno: Sentiero Italia SIN06 Visso - Pantaneto

Prima colazione. Con una tappa di lunghezza e dislivello intermedi lasciamo il Parco Nazionale dei Monti Sibillini e attraverso l'interessante Riserva Naturale della Montagna di Torricchio, un'area protetta quasi totalmente integrale scendiamo all'abitato di Collatoni.

La località non offre strutture ricettive. Trasferimento in bus a Visso per pernottare nuovamente presso la struttura del giorno 4.

Cena e pernottamento.

14.5km - Dislivello 986+ 619-

6° giorno: Sentiero Italia SIN07 Pantaneto – Colfiorito

Prima colazione. Ci trasferiamo nuovamente in bus a Collatoni per proseguire il nostro trek con una tappa di lunghezza media e dislivello ridotto, prevalentemente in discesa che porta nel fondo della Valle di Chienti. Arriviamo a Colfiorito, frazione montana del Comune di Foligno. Il centro storico è molto grazioso, ricostruito dal terremoto del 1997, inoltre c'è un interessante museo archeologico dove è possibile richiedere una visita guidata (con supplemento).

Cena e pernottamento.

16.8km - Dislivello 558+ 769-

7° giorno: Sentiero Italia SIN08 Colfiorito – Bagnara

Prima colazione. E' l'ultima tappa, lunga ma con dislivello ridotto sempre in direzione nord verso la provincia di Perugia. Si costeggia la palude che caratterizza il Parco Regionale di Colfiorito, un ecosistema unico caratterizzato dalla presenza di rare specie di uccelli acquatici, fino alla piana dove sorge l'abitato di Bagnara. Non siamo arrivati, riprendiamo a salire raggiungendo il Passo Carosina a quota 855 metri raggiungendo il crinale che sovrasta la città di Nocera Umbra che si segue fino alla località Le Saliere.

16.3km - Dislivello 267+ 408-



Dal 1985

Via Montebello, 118 57126 Livorno - Tel. 0586 444407

naturadavivere@ardea.toscana.it www.naturadavivere.it

NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

professionisti per natura

Scheda Tecnica

Programma di 7 giorni / 6 notti

Tipo di viaggio: gruppo minimo 5, massimo 14 partecipanti

Sistemazione: agriturismo, hotel a gestione familiare, B&B, ostello. Camerate 4/6 letti o camere in condivisione con bagno.

Trasporto: transfer con minivan

Partenze: 11/6, 28/6, 27/8, 24/9, 29/10, 3/12

Quota individuale con sistemazione in camere condivise: a partire da Euro 719.00

La quota comprende: 6 pernottamenti con sistemazione in camere condivise, trattamento di mezza pensione, trasferimento in bus l'ultimo giorno, guida escursionistica per tutti i giorni

La quota non comprende: pranzi, bevande ai pasti, trasporto bagagli, tutto quanto non indicato alla quota comprende

Supplementi/riduzioni:

suppl. per camera doppia (ove disponibile) Euro 25

suppl. trasporto bagaglio Euro 15



Dal 1985

Via Montebello, 118 57126 Livorno - Tel. 0586 444407

naturadavivere@ardea.toscana.it www.naturadavivere.it