

# CASENTINO SPIRITUALE

## La Verna, Camaldoli e Terme



Direzione Tecnica Marche and Bike



Week-end dal gusto spirituale per rigenerarsi nella bellezza delle Foreste Casentinesi con i suoi due gioielli: Camaldoli e La Verna! Metteremo piede nei luoghi dove tanto tempo fa camminarono S. Francesco e S. Romualdo, due grandi figure rivoluzionarie ognuna a suo modo, non solo dal punto di vista religioso ma anche umano. Incontreremo dei boschi puri, che non hanno risentito se non in piccola parte della brutalità dell'uomo e lo faremo nel periodo della loro rinascita, la Primavera, che incontreremo proprio nella fase iniziale, con l'ombra di un Inverno ancora poco incline a lasciarle il posto e le prime fioriture che tra faggi e abeti punteggiano il sottobosco, in un tripudio di acque e cascatelle nei tanti fossi spumeggianti!

**ISCRIZIONI SINO MAX SABATO 17/03, AVANTI! (versamento saldo) QUOTA € 115**

**PROGRAMMA:** [http://www.lacordataescursionismo.it/public/W-end%20CASENTINO%20SPIRITUALE%2024\\_15.03.18.pdf](http://www.lacordataescursionismo.it/public/W-end%20CASENTINO%20SPIRITUALE%2024_15.03.18.pdf)



Sabato pomeriggio 10/03

### CIASPO-FIACCOLATA

**Foresta, balze sul Marecchia e.. Trabocchetto:  
tramonto su neve**

Escursione emozionante in ciaspole sul M. Carpegna: campi innevati e vedute sublimi sulla vallata perfetta.. dal fiume Marecchia al bosco secolare più bello del Montefeltro al buio (**portare torcia elettrica**) con le fiaccole in mano.. scoprendone i misteri!

**FACILE (T), 3h\*, +300 m.**

QUOTA € 18; 7-13 anni € 12

(Guida, fiaccole, ciaspole)

con poca neve, trek senza ciaspole  
senza o con ciaspole proprie: € 15 | € 10

**DETTAGLI:** [http://](http://www.lacordataescursionismo.it/documenti.asp?id=672&cat=3)

[www.lacordataescursionismo.it/documenti.asp?id=672&cat=3](http://www.lacordataescursionismo.it/documenti.asp?id=672&cat=3)



Sabato pomeriggio 10/03

### TESORI del SUASANUS

**Foresta Fossile, S. Gervasio in Bulgaria e  
notturna al chiaro di luna**

Camminata culturale alla scoperta delle bellezze nascoste in Valcesano. Itinerario paleontologico a ridosso del fiume Cesano, cercando Pini silvestri fossilizzati.. Poi una stupenda chiesa bizantina da conoscere e.. passeggiata sensoriale in campagna sotto ai riflessi della luna nei pressi di Mondolfo!

**FACILE (T), 2h30\*, +150 m.**

QUOTA € 13; 7-13 anni € 7

(Guida naturalistica)

UTILE TORCIA ELETTRICA

**DETTAGLI:** [http://](http://www.lacordataescursionismo.it/documenti.asp?id=643&cat=3)

[www.lacordataescursionismo.it/documenti.asp?id=643&cat=3](http://www.lacordataescursionismo.it/documenti.asp?id=643&cat=3)



Domenica 11/03

### LONGtrek ALPE della LUNA

**Foreste innevate: Monte dei Frati, Ripa  
e Palazzo dei Monaci**

Itinerario per buoni camminatori per vivere le zone più alte, innevate e selvagge di una montagna con ecosistemi integri, boschi di qualità e ricchi di fauna, tra segni storici e vedute forti saliamo all'Alpe, svelandone storia e leggende..

**MEDIA avanzata (E+), 6h30\*, +800 m.**

QUOTA € 15; 7-13 anni € 7

(Guida naturalistica)

in ciaspole se necessarie (nolo € 5)

**DETTAGLI:** [http://](http://www.lacordataescursionismo.it/documenti.asp?id=673&cat=3)

[www.lacordataescursionismo.it/documenti.asp?id=673&cat=3](http://www.lacordataescursionismo.it/documenti.asp?id=673&cat=3)



Venerdì 30 - Lunedì 02/04

### PASQUA IN VIA FRANCIGENA

**Lago Piediluco - Greccio:**

**Conca Reatina e santuari francescani**

Da pellegrini, 3 tappe sulla *Via Francigena di S. Francesco o Via di Roma*: segni storici del passaggio del Poverello d'Assisi nella Valle Santa. Tra Umbria e Lazio, dalle Marmore alle pendici del Terminillo, in una conca naturale figlia della bonifica del *Lacus Velinus*, tra i Monti Sabini e Reatini. Borghi e paesaggi di montagna, i santuari di S. Giacomo, La Foresta, Fonte Colombo e Greccio, Pasqua nella città di Rieti

**DIFFICOLTA' ESCURSIONI: MEDIA (E)**

**QUOTA € 290: adesioni entro 20/03**

**DETTAGLI:** [http://](http://www.lacordataescursionismo.it/public/PASQUA_FRANCIGENA%2030.03_02.04.18.pdf)

[www.lacordataescursionismo.it/public/PASQUA\\_FRANCIGENA%2030.03\\_02.04.18.pdf](http://www.lacordataescursionismo.it/public/PASQUA_FRANCIGENA%2030.03_02.04.18.pdf)



\*N.B: le ore di marcia indicate, sono di cammino effettivo, soste escluse. Situazioni contingenti sopraggiunte possono allungare i tempi previsti

"La Cordata" escursionismo & natura  
di Massimiliano Giorgi  
Str. Cerreto, 35/E - 61122 Pesaro fraz. Novilara (PU); cell. 348/0430358  
C.F: GRGMSM72T14G479N - P. IVA: 02478790419 - Nr. REA PS 196941  
[www.lacordataescursionismo.it](http://www.lacordataescursionismo.it) - [lacordataescursionismo@gmail.com](mailto:lacordataescursionismo@gmail.com)

E' premura di ogni escursionista, verificare il suo livello di preparazione fisica e di esperienza, per potere godere al meglio dell'escursione