

Sentiero 360 Eremo delle Carceri - Pontecentesimo

Lunghezza: 16000 m

Dislivello salita: 530 m.

Dislivello discesa: 1000 m.

Tempo 5,30 ore

Difficoltà: E

Accesso dall'Eremo delle Carceri Assisi: Seguire per 2 km la strada per l'abbazia di S.Benedetto.

Accesso da Ponte Centesimo: dalla stazione, attraversare il ponte sul fiume Topino poi si percorre un brevissimo tratto della vecchia strada Flaminia in direzione Valtopina. Alla prima curva un sentiero sale ripidamente a sinistra.

Percorso impegnativo, che richiede un'intera giornata; se si parte da Assisi, bisogna aggiungere 1 ora e mezzo e 330 metri di dislivello in salita.

Dopo l'erta iniziale, si giunge allo scoglio di Sasso Piano da cui si gode un superbo panorama su Assisi e sull'intera valle Umbra. Si continua a quota 1000 m circa slm, toccando Fonte Bregno e il Rifugio di Madonna della Spella; da qui , in ripida discesa, si giunge alla Madonna di Colpernieri, chiesetta isolata situata su di un poggio. Si risale il monte Cupacci per poi discendere a ponte Centesimo, passando per il paese di Cupacci.