



# CLUB ALPINO ITALIANO

## SEZIONE DI FOLIGNO



### MATTUTINO DOMENICA 22 OTTOBRE 2023



#### "Giro ad anello sulla montagna folignate"

Dalla Valle del Menotre con partenza da Scopoli verso gli altipiani plestini transitando per gli antichi borghi di Franca, Collelungo, Sostino (piccoli villaggi ad oggi, purtroppo, quasi totalmente disabitati). Con un vecchio e comodo sentiero ci inoltreremo nel Piano delle Strade ricalcando un tratto della "Via plestina". Anche per il ritorno a Scopoli useremo un altrettanto vecchio e comodo sentiero.

1

#### DISLIVELLO COMPLESSIVO

In salita 550 m.(circa) In discesa 550 m.(circa)

#### LUNGHEZZA: 13.00 Km (circa)

#### TEMPO DI PERCORRENZA 4,0 h (circa)

#### DIFFICOLTA' E (escursionistico)

L'itinerario, così come proposto, non presenta particolari difficoltà.

E' necessaria comunque un'adeguata preparazione fisica.

Nel caso di avverse condizioni meteo gli organizzatori potranno apportare variazioni al presente programma

Portare nello zaino un sacchetto per la raccolta di eventuali rifiuti (cartucce, bottigliette acqua, lattine.....)

EQUIPAGGIAMENTO: Abbigliamento da montagna adeguato al periodo.

Obbligatorie scarpe da montagna ben rodiate.

Consigliato l'uso dei bastoncini.

Indumenti di ricambio e scarpe da lasciare in macchina.

#### PROGRAMMA:

Ore 7,30 (in punto) partenza dal parcheggio antistante il Decathlon

Ore 8,00 (più o meno) inizio escursione;

Rientro previsto entro le ore 13.00

#### REFERENTI

LORETI DOMENICO Cell. 3927054860

GALLORINI MARIO Cell. 3382275252

**PRENOTARE ENTRO VENERDI' 20/10/2023 (esclusivamente tramite la seguente mail [domlor@alice.it](mailto:domlor@alice.it))**

**Possono partecipare, oltre ai soci CAI in regola con il tesseramento 2023, anche i non soci purché regolarmente assicurati.**

**La stipula e il relativo pagamento (€ 7.50) dovranno avvenire entro venerdì 20/10/2023**

**La partecipazione all'escursione sottintende il rispetto del regolamento CAI per le escursioni e le note operative emanate dal CAI**

#### CENTRALE

CLUB ALPINO ITALIANO – Sez. di Foligno – Via Bolletta, 18 – 06034 FOLIGNO (Pg)  
Tel. & Fax 0742 22921 – e-mail: [caifoligno@tin.it](mailto:caifoligno@tin.it) - Sito internet: [www.caifoligno.it](http://www.caifoligno.it)