

# Il Parco del Monte Cucco

Escursione del Gruppo Seniores CAI Foligno



Data di effettuazione: 11 ottobre 2023

Descrizione: Da Val di Ranco, località montana del Comune di Sigillo (PG), un umbratile sentiero incrocia la valle di S. Pietro. Una mulattiera in salita consente di raggiungere la sella di Monte Culumeo (1251 m s.l.m.) da dove iniziano le morbide e panoramiche creste di Monte Lo Spicchio (1201 m s.l.m.). Si prosegue attraverso la macchia boschiva perdendo quota sino ad arrivare al crocicchio di Passo Porraia (931 m s.l.m.). Ora si sale verso il bosco Fida percorrendo il S.I. sino alla fonte Acqua Fredda. Una erta mulattiera porta al Pian di Monte da dove si ritorna al punto di partenza attraversando il bosco e la fitta faggeta.

*Caratteristiche del percorso*

Difficoltà: E. Necessaria un'adeguata preparazione fisica anche se l'itinerario, così come proposto, non presenta particolari difficoltà.

Lunghezza / durata: 10 km / 4,5 ore + le soste circa.

Dislivello salita / discesa: 450 / 450 m circa.

*Aspetti organizzativi*

Appuntamento: Ore 7:20 al parcheggio antistante il **Decathlon**.

Partenza: Ore 7:30 con destinazione Val di Ranco (parcheggio adiacente il ristorante "da Tobia", 63 km – 1 ora circa) con mezzi propri. Chi non utilizza l'auto propria potrà essere chiamato a contribuire al rimborso carburante. Inizio escursione ore 8:30 circa.

Rientro stimato a Foligno: Nel tardo pomeriggio.

Equipaggiamento: Abbigliamento da montagna adeguato al periodo, scarponi ben rodati (**non sono ammesse scarpe da ginnastica o basse**), indumenti di ricambio. Consigliati i bastoncini. Ciascun partecipante dovrà provvedere al proprio **pranzo al sacco** ed alle proprie necessità.

**OBBLIGATORIA LA PRENOTAZIONE ENTRO MARTEDI' 10.10.2023 ore 12:00**

(tramite messaggio WhatsApp sul Gruppo "I Mercoledì dei Senior" oppure ai referenti)

Possono partecipare esclusivamente soci in regola con il bollino 2023 ed anche i non soci preventivamente assicurati (costo 7,50 €)  
La partecipazione all'escursione sottintende il rispetto del regolamento CAI per le escursioni e le note operative emanate dalla CCE-CAI

Referenti: Giuseppe Vitale – 340.0904885; Luciana Desideri – 348.4763891; Luca Minelli – 338.1509851.

Note: Presente fonte di acqua alla partenza ed al 6° km.

