

Anello della Montagna di Foligno

Tappa 1: Anello della Palude di Colfiorito

Escursione del Gruppo Seniores CAI Foligno



Data di effettuazione: 14 febbraio 2024

Descrizione: partenza dal parcheggio antistante la sede del Parco di Colfiorito (loc. Casermette), per dirigersi verso il Monte (m 891 slm) per il sentiero CAI n. 381-MTB, fino ad incrociare sulla destra il sentiero CAI n. 311 e dirigersi a Casetta di Cupigliolo dove si attraversa la vecchia statale 77. Sempre per lo stesso sentiero si arriva al paese di Forcatura e al Castelliere di Monte Carpello, poi all'edicola votiva a m 884 slm fino ad incrociare i sentieri CAI n. 302 e 307-E1 che costeggiano la pineta di Forcatura. Dirigendosi verso la Palude si incrociano i sentieri CAI n. 305 e 309 e la VL e CFM (Via Lauretana e Cammino Francescano della Marca) e lungo la strada asfaltata, per circa 1 km e mezzo, si raggiunge l'inghiottitoio principale della Palude e la casa del "Mollaro"; successivamente svoltando a sinistra per il sentiero CAI n. 308 si raggiunge il Monte Orve (m 926 slm) dove è sito il castelliere più importante dei Piani Plestini: è questi un insediamento abitativo preromano organizzato su terrazze artificiali degradanti con pianta circolare o ellittica con funzione di controllo delle vie di accesso tra territori confinanti. Da qui si torna al punto di partenza per il sentiero CAI n. 308.

Caratteristiche del percorso

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

Lunghezza / durata: 13,7 km / 3 ore 30' + le soste circa.

Dislivello salita / discesa: 436 / 436 m.

Aspetti organizzativi

Appuntamento: Ore **7:50** al parcheggio antistante il **Decathlon**.

Partenza: Ore 8:00 con destinazione Colfiorito (parcheggio antistante la sede del Parco, 25 km – 20' 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 pomeriggio, l'indicazione è puramente indicativa.

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' 13.02.2024 ore 12:00

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

Possono partecipare esclusivamente soci in regola con il bollino 2023/2024 ed anche i non soci preventivamente assicurati (costo 8,50 €)

La partecipazione all'escursione sottintende il rispetto del regolamento CAI per le escursioni e le note operative emanate dalla CCE-CAI

Referenti: Giuseppe della Vedova – 380.5240327; Luciana Desideri – 348.4763891

Note: rifornimento idrico alla partenza e ai vari paesi che si incontrano.

