

APPENNINI: La Valle del Menotre, da Belfiore all'Abbazia di Santa Croce in Sassovivo di Foligno

Link immagini cpg:

<http://www.naturavventura.it/cpg/thumbnails.php?album=45>

Data: Domenica 11 giugno 2006

VENTENNALE

Partenza :ore 8,00 dal Piazzale del Bove.

Percorso in autobus: Perugia-Foligno- Belfiore. (Sosta colazione lungo il tragitto).

Percorso a piedi: L'autobus ci lascerà in prossimità della scuola materna di Belfiore di Foligno (298 m). Superato il centro abitato giungeremo al piazzale dell'Altolina dal quale è possibile una prima visuale del Sasso di Pale. Il sentiero si inerpica fra una rigorosa vegetazione della valle, giungendo alla prima cascata che è la più grande delle quattro che si incontrano nella Valle dell'Altolina. Si sale sempre più ripidamente e si incontrano la seconda cascata e la condotta dell'antico acquedotto. Si tratta di una vecchia conduttura in mattoni che incanalava l'acqua del fiume Menotre per i tanti opifici presenti nella valle fin dal XIII secolo. Proseguendo, vicino alla terza cascata vi si trovano i resti della dimora estiva degli Elisei, una delle più notabili famiglie della città di Foligno del XII secolo, successivamente utilizzata anch'essa come cartiera e il suo parco come orto privato. Giunti all'abitato di Pale (476 m) si prende a sinistra lungo un erto sentiero, a tratti scalinato, che sale tra lecci e i ghiaioni, profumati dai cespugli cinerini della santoreggia. Annidato in alto, tra le balze rocciose del monte vi si trova l'Eremo di S. Maria Giacobbe posto a 534 m, in un anfratto naturale. Di esso si hanno testimonianze a partire dal 1200 la cui piccola chiesa è stata affrescata da vari pittori tra il XIV e il XVI secolo. Ripercorrendo il sentiero che ci ha condotti all'Eremo ritorneremo al paese di Pale. Qui si trova l'unica cartiera ancora funzionante: si tratta dell'antico stabilimento Sordini entrato in funzione verso il 1850 con il vecchio sistema della fabbricazione a mano. Lasciando il piccolo centro, proseguiremo per una straducola campestre che porta all'abitato di Ponte Santa Lucia e attraversata al SS.77 si inizia a salire per un sentiero in cui spicca il bosco ceduo con prevalenza di carpino nero e orniello, roverelle, acero d'Ungheria, e acero minore, oltre ad alcuni esemplari di maggiociondolo. La salita, che ci fa superare un dislivello di 285 metri, termina ad un piccolo valico (761 m) tra il Monte Serrone e una sua modesta spalla occidentale (la quota 804). Al di là si inizia a scendere per una strada sterrata. La vegetazione in questo versante cambia completamente: entriamo infatti in un bosco di leccio. In poco tempo sbuchiamo su una strada asfaltata (575 m) alla cui sinistra si trova la Cappella del Beato Alano. A fianco della vicina sorgente inizia la cosiddetta "passeggiata dei frati o dell'Abbate" la quale ci condurrà in un bellissimo bosco di lecci con imponenti esemplari secolari. Ritornati sulla strada asfaltata, continuiamo a scendere per giungere infine, all'Abbazia di Sassovivo, fondata intorno all'anno 1070 da Mainardo, un monaco proveniente dal Monastero di Sitria sul monte Catria, al cui interno è conservato un vero gioiello di architettura romanica: il Chiostro, composto da 128 colonnine binate - lisce o a spirali - che sostengono 58 piccoli archi a tutto sesto e una trabeazione decorata a mosaico, a tratti manomesso. Qui finisce l'escursione e l'autobus ci attende per il rientro a Perugia.

Difficoltà: Escursionistica. L'itinerario si sviluppa in ca. 12 Km. Impegnativi alcuni tratti in salita per un totale di ca. 520 m. di dislivello, tali da richiedere 5/6 ore di cammino.

Interesse: naturalistico-paesaggistico, storico, culturale.

Abbigliamento: scarponcini da trekking, k-way e ricambio obbligatori.

Pranzo: al sacco.


Ritorno a Perugia: previsto intorno alle ore 19.

Costo: da 12 a 15 euro per l'autobus a seconda del numero dei partecipanti.

Prenotazioni: da lunedì 5 a venerdì 9 giugno 2006 fino a un massimo di 52 partecipanti, telefonando a:

Giampiero Zurli o Giusi Isidori

[L'escursione è riservata esclusivamente ai soci in regola con il pagamento della quota sociale dell'anno in corso.](#)

Way point GPS:  [060611_NA_gs.zip](#)

Pubblicato su

- [Programma 2006](#)