



**gruppo SlowBike** [slowbikeap.it](http://slowbikeap.it)  
Club Alpino Italiano - sezione di Ascoli Piceno  
Via Serafino Cellini, 10 - 63100 Ascoli Piceno (AP)  
tel / fax. 0736 45158 - [caiascoli.it](http://caiascoli.it)



<b>DATA:</b> 28 giugno 2015 (domenica) <b>REGIONE:</b> Umbria	
<b>ATTIVITA':</b> XVII Settimana Nazionale dell'Escursionismo	
<b>ESCURSIONE TC</b>	<b>ORGANIZZAZIONE:</b> CAI Ascoli Piceno (AP)
	<b>DENOMINAZIONE:</b> Anello tra Pian Perduto e Pian Grande – immersi nella celebre fioritura della Piana di Castelluccio - Castelluccio di Norcia (PG) - Parco Naz.le Monti Sibillini.
	<b>IMPEGNO FISICO:</b> lunghezza 28 km. / dislivello 311 m.
	<b>DIFFICOLTA' TECNICA:</b> TC/TC+ <small>Le difficoltà TC/TC si riferiscono alla "Scala delle difficoltà" espressa dal Gruppo di Lavoro Cicloescursionismo della CCE. La doppia sigla TC/TC indica rispettivamente la difficoltà in salita ed in discesa. TC: (turistico) percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile. Il simbolo + indica brevi tratti più ripidi peraltro superabili bici in spalla (portage) o condotta a piedi.</small>
<b>DIREZIONE:</b> F. Carloni AE-C (329 0527923)	
<b>ESCURSIONE MC</b>	<b>ORGANIZZAZIONE:</b> CAI Potenza Picena (MC)
	<b>DENOMINAZIONE:</b> Anello Poggio di Croce / Rifugio Perugia / Rifugio Colle le Cese / Pian Grande Castelluccio di Norcia (PG) - Parco Naz.le Monti Sibillini.
	<b>IMPEGNO FISICO:</b> lunghezza 28 km. / dislivello 650 m.
	<b>DIFFICOLTA' TECNICA:</b> MC/MC <small>Le difficoltà MC/MC si riferiscono alla "Scala delle difficoltà" espressa dal Gruppo di Lavoro Cicloescursionismo della CCE. La doppia sigla MC/MC indica rispettivamente la difficoltà in salita ed in discesa. MC: per cicloescursionisti di media capacità tecnica) percorso su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole.</small>
<b>DIREZIONE:</b> M. Pirro ASE-C (334 6522924) / S. Cagnigni ASE-C (347 5853307)	
<b>ORARI</b>	<b>RITROVO CAI AP:</b> ore 6.30 area di servizio Q8 (SS 4 Salaria loc. Taverna di Mezzo) - Ascoli Piceno
	<b>PARTENZA CAI AP:</b> ore 6.45 con auto proprie
	<b>RITROVO SUL POSTO:</b> ore 7.30 Castelluccio di Norcia – bivio sterrata per Capanna Ghezzi 1.310 m. slm
	<b>INIZIO ESCURSIONE:</b> ore 7.45 (TC - bivio sterrata per Capanna Ghezzi 1.310 m. slm) (MC - dalla piazza di Castelluccio)
	<b>DURATA:</b> 5 ore circa (soste escluse)

**NOTE:** Si raccomanda di indossare abbigliamento tecnico idoneo al tipo di attività ed all'ambiente in cui ci si troverà e di avere con se sufficienti scorte di acqua e cibo (barrette, frutta secca, ecc. ovvero "viveri da corsa"). E' necessario portare nello zaino la dotazione minima per ovviare a piccoli inconvenienti meccanici (camera d'aria, pompa, chiave multi uso ecc). E' indispensabile la preventiva verifica meccanica e messa a punto della bici.

**ISCRIZIONI:** Modalità e costi: soci CAI gratuita; non soci € 8 (quota comprensiva di assicurazione obbligatoria). I non soci che intendono partecipare con la sezione di Ascoli Piceno, devono obbligatoriamente recarsi in sede CAI in via Cellini il venerdì antecedente l'escursione, dalla 19 alle 20 e perfezionare l'iscrizione. Per i non soci di altre sezioni CAI, occorre provvedere secondo orari e modalità dalle rispettive sezioni stabiliti. Per i non soci vi è anche la possibilità di iscriversi a Ussita entro le 17 del giorno precedente. Per partecipare alle iniziative SlowBike, occorre consultare il Regolamento Escursioni, disponibile in sede o su [www.slowbikeap.it](http://www.slowbikeap.it).  
**PRANZO:** in sede di iscrizione se lo si desidera si deve prenotare (Camartina di Arquata del Tr. con antipasti, primi e caffè con dolce a 20 €). Adesioni tardive potranno non essere possibili.

**NB: È obbligatorio l'uso del casco che va indossato e tenuto allacciato per tutta la durata dell'escursione.**

Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi alla sede CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare il ns. sito [www.slowbikeap.it](http://www.slowbikeap.it)



**gruppo SlowBike** [slowbikeap.it](http://slowbikeap.it)  
Club Alpino Italiano - sezione di Ascoli Piceno  
Via Serafino Cellini, 10 - 63100 Ascoli Piceno (AP)  
tel / fax. 0736 45158 - [caiascoli.it](http://caiascoli.it)



**DESCRIZIONE  
SINTETICA (TC):**

L'escursione inizia dalla strada che dal Pian Grande sale al Castelluccio in prossimità del bivio (1310 m. slm) per Capanna Ghezzi. Con una leggera salita su sterrata in direzione N/O tra campi fioriti raggiungiamo Pian Perduto (1350 m. slm, circa 20 min.) e lo attraversiamo verso Nord fino a raggiungere la Portella del Vao (1353 m. slm circa 20 min.). A questo punto su piana erbosa raggiungiamo la sterrata che sale in direzione Ovest verso Forca di Gualdo con scorci sulla sottostante piana di San Lorenzo. Prima della forca scendiamo verso Sud al rifugio CAI Madonna della Cona (1434 m. slm circa ½ h.). Con prudenza, in ripida discesa su tratturo inerbito, ritorniamo a Pian Perduto per imboccare verso Ovest la Val Canatra e raggiungere l'omonimo fontanile (1370 m. slm circa 20 min.). Per largo sentiero, in faggeta, arriviamo a Castelluccio (1452 m. slm circa 10 min.). Poi in discesa, in direzione Sud, per sterrata con fondo sconnesso nello scenario di Pian Grande. Quindi pedalando in piano su pista agro-pastorale con fondo erboso, compatto e scorrevole, ci dirigiamo verso il fontanile e, transitando ai piedi del monte Castello, giungiamo all'inghiottitoio. Quindi per sentiero e carrareccia transitando sotto costa Faeto, dopo aver compiuto il perimetro di Pian Grande, giungiamo alle auto (circa 1h 20 min.).

**DESCRIZIONE  
SINTETICA (MC):**

Da Castelluccio (1452 mt) si sale lungo la carrareccia fino a Sella Poggio di Croce (1742 mt). Da qui si prende il Sentiero Italia con vista mozzafiato sul sottostante Piangrande, di fronte la Cresta del Redentore; si prosegue sempre su sentiero sterrato fino alla sella tra il Monte Ventosola e il Monte Colorelle. Da qui si scende lungo una scorrevole discesa al Rifugio Perugia (1500 mt). Dopo aver attraversato la strada asfaltata si riprende il sentiero che gira il Monte Coppelletta. Si prosegue fino al Rifugio Colle Le Cese (1486 mt). Da Colle Le Cese si prende la carrareccia che porta fino al laghetto sotto il Monte Guaidone (1320 mt). Si prosegue sempre su carrareccia in pianura per la "dogana" dove si inizierà ad attraversare i primi campi fioriti. Poi si entrerà nel Pian Grande passando tra il Monte Guaidone e Colle Tondo (punto di decollo per amanti del volo libero). Immersi nei fantastici colori del Pian Grande si arriva fino alla base di Castelluccio (1280 mt). Da qui l'ultimo sforzo per risalire e trovarsi nuovamente al punto di partenza (1452 mt).

**LUOGO SIMBOLO  
(Castelluccio di  
Norcia domina i  
campi fioriti)**



Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi alla sede CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare il ns. sito [www.slowbikeap.it](http://www.slowbikeap.it)



**gruppo SlowBike** [slowbikeap.it](http://slowbikeap.it)  
Club Alpino Italiano - sezione di Ascoli Piceno  
Via Serafino Cellini, 10 - 63100 Ascoli Piceno (AP)  
tel / fax. 0736 45158 - [caiascoli.it](http://caiascoli.it)



## Fioritura intersezionale!

L'appuntamento a Castelluccio di quest'anno rappresenta un vera e propria prima assoluta. Infatti questa escursione ormai divenuta classica poiché richiesta a furor di popolo, rilancia e, in occasione della **XVII Settimana Nazionale dell'Escursionismo**, propone addirittura 2 percorsi alternativi a cura di altrettante sezioni CAI con i rispettivi accompagnatori e vede la partecipazione di ben 4 sezioni CAI, Porto Potenza, Amatrice, Spoleto e Genova, unendo così ben 4 regioni in una favolosa intersezionale.



La magia di questi luoghi unici attrae da sempre irresistibilmente frotte di visitatori da ogni parte del mondo, infatti valicando Forca di Presta si entra in un'altra dimensione che ammalia quasi magicamente. Invitiamo chi volesse avvicinarsi al cicloescursionismo e alla mountain bike (MTB) ad iscriversi seguendo i ns. regolamenti, poiché pensiamo che questa interessante escursione, in particolare con il percorso TC, possa essere tra le più accessibili ai principianti.

Abbiamo detto principianti ma non sprovveduti pertanto vi invitiamo a revisionare la MTB con la quale si intende partecipare e a informarvi anche ns. tramite su equipaggiamento e abbigliamento corretto. In merito chiariamo che non potremo accettare escursionisti senza il casco obbligatoriamente indossato ed allacciato. Infine suggeriamo caldamente di portare una fotocamera poiché il materiale da immortalare non mancherà certamente.



Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi alla sede CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare il ns. sito [www.slowbikeap.it](http://www.slowbikeap.it)