

Data Escursione: dal **08-12-2022** al **11-12-2022**

Tabella Tecnica

Proposta da :	STARTREKK Associazione di Promozione Sociale
Tipologia :	
Dislivello :	100 m
Ore :	8 ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	10 km

Descrizione



Sfrutteremo ogni ora del giorno e della notte, per un programma all'insegna del trekking, dei mercatini di natale, dell'albero più grande del mondo, della spiritualità dei luoghi di San Francesco, i borghi in pietra più belli d'Italia e una enogastronomia unica nel panorama nazionale.

Giorno 1

Il nostro viaggio parte da Spello e il suo borgo, bandiera arancione del Touring e uno dei paesi più belli d'Italia. Posto su uno sperone del Monte Subasio, il paese mantiene la fisionomia della fondazione romana, con una cinta muraria, stradine lastricate e un centro storico coloratissimo. Cammineremo un pò fuori città in direzione Assisi, una città magica che vedremo apparire all'orizzonte. Percorreremo la via degli ulivi, un suggestivo percorso un tempo utilizzato dai pellegrini (facoltativo: possibilità di noleggiare la bici)

Trasferimento per prendere possesso delle nostre camere nello splendido borgo di BEVAGNA

Cena in locale tipico di cucina umbra

DATI TECNICI ESCURSIONE

Difficoltà: T/E

Dislivello: 300 m

Km: 10

Tipo: A/R

Tempo di percorrenza: 4 h

Giorno 2

Assisi è semplicemente Assisi. Puoi tornarci mille volte, d'estate, d'inverno e con l'atmosfera magica del natale alle porte. In queste strade, tutto sa di religione e storia, arte e sacralità. Partiremo dalla Basilica di San Francesco, un luogo unico ed emozionante. Di qui, partiremo alla volta dell'Eremo delle Carceri: sul monte Subasio, a 800 metri di altezza e nel cuore di un bosco di lecci secolari, si erge il luogo dove San Francesco e i primi eremiti si ritirarono in preghiera. Per i più ardimentosi, il trekking si conclude alla conquista del Monte Subasio, un bellissimo balcone panoramico da cui si vede l'Umbria intera.

Assisi - Trekking Monte Subasio

(possibilità di fare solo una tratta del percorso Assisi-Eremo delle carceri-Monte Subasio)

DATI TECNICI ESCURSIONE (completa)

Difficoltà: EE

Dislivello: 1100 m

Km: 17

Tipo: A/R

Tempo di percorrenza: 7h (escluse soste)

Giorno 3

La nostra giornata prende le mosse dalla Porziuncola, chiesa del VI secolo oggi custodita in Santa Maria degli Angeli ed emblema della conversione. Arriviamo a Gubbio, borgo di Don Matteo ed uno dei paesi medioevali meglio conservati di tutta Italia. Nelle sue vie lastricate cammineremo l'atmosfera di un tempo, fino a giungere alla sommità del Monte Ingino e la Basilica di Sant'Ubaldo, casa dei pesantissimi ceri cerimoniali che qui vengono condotti in una sfrenata e sentitissima festa popolare. Sul Monte Ingino noteremo cavi e luci, tralicci e strutture elettriche. Non capiremo il perchè...almeno fino al tramonto, quando, dal mercatino di natale che avremo raggiunto, si svelerà a noi il più grande albero di natale del mondo! Inserito nel Guinness World Record, l'albero tappezza per intero il monte dal quale siamo appena ridiscesi! Pranzo o Cena a Gubbio in locale tipico

DATI TECNICI ESCURSIONE

Difficoltà: T/E

Dislivello: 350 m

Km: 8

Tipo: A/R

Tempo di percorrenza: 3h (escluse soste)

Giorno 4

Il quarto giorno si riposarono anche loro! Ma senza dimenticare una passeggiata verso la meta. Partiremo alla volta di Montefalco, altro borgo nel quale perdersi tra strade e storie. Montefalco è la patria del Sagrantino. Ci sarà la possibilità di fare tappa in una delle aziende vinicole migliori del territorio. (degustazione facoltativa).

Sulla strada del ritorno, ci fermeremo a visitare un'autentica "chicca" sconosciuta ai più: la foresta fossile di Dunarobba. Nel mondo esistono solo 4 foreste fossili - e non pietrificate - resti di tronchi preistorici incredibilmente preservati grazie a una particolare conformazione argillosa del terreno.

DATI TECNICI ESCURSIONE

Difficoltà: T + T

Dislivello: 100 m

Km: 5

Tipo: A/R

Tempo di percorrenza: 2h + 1h

L'Umbria così...siamo certi, non l'avete mai vista! **ACCOMPAGNATORI**

AEV Francesco Ruggieri 346. 21.79.947

AEV Stefano Simonetta 347.71.31.344

MATERIALE ED EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO

Scarponcini da trekking, zaino, bastoncini, T-shirt traspirante (anche una di ricambio), pile o maglione, giacca antivento/antipioggia (possibilmente in gore-tex), pantaloni comodi per camminare (lunghi), acqua (almeno 1,5lt), pranzo al sacco, cappello, guanti, occhiali da sole, crema solare. Abbigliamento comodo per la sera e per le passeggiate in paese.

COSTO: 330 € a persona

La quota comprende:

Tre notti in hotel 3 stelle con sistemazione in camere doppie (singole non disponibili)

Tre cene con menu fisso (indicativamente primo - secondo - dolce - acqua e vino)

L'ingresso a tutti i siti turistici

Tutte le escursioni

Il supporto di uno o più accompagnatori StarTrek per tutta la durata dell'evento

La quota non comprende:

Le spese di trasferimento

I pranzi al sacco

Eventuale noleggio della bici per l'escursione Assisi-Spello

Degustazione in cantina (facoltativa, con dettagli da definire)

Tutto quanto non specificato alla voce "La quota comprende"

PER PRENOTAZIONI

Direttamente sul nostro sito www.starttrekk.it cliccando sul tasto "Mi prenoto".

E' richiesto il versamento di un acconto di 100€ sull'iban: IT61Z0306967684510724312088 intestato a STARTREKK.

N.B. In caso di impossibilità dovute a causa di disposizioni restrittive per l'emergenza Covid 19, verrà emesso un voucher di importo pari alle caparre versate e fruibile nei 12 mesi successivi. Per impossibilità diverse da quelle sopra descritte, l'acconto verrà considerato perso a meno che, il partecipante impossibilitato non trovi lui una sostituzione.

L'attività proposta potrà subire cambiamenti a discrezione degli accompagnatori, per ragioni di sicurezza e di opportunità. Pertanto, ogni partecipante è tenuto a rispettare le modalità di partecipazione stabilite dagli accompagnatori, seguendo le loro indicazioni, in caso contrario, verrà meno il rapporto di affidamento e, quindi, l'eventuale responsabilità verso chi sceglie percorsi, o modalità differenti da quelle indicate. I partecipanti sono tenuti ad essere preparati fisicamente e tecnicamente, nonché ad essere equipaggiati con abbigliamento e attrezzature adeguate alle esigenze dell'escursione programmata.

APPUNTAMENTI

- 1° appuntamento ore 8:30 - Fermata metro Eur Magliana

- 2° appuntamento ore 10.30 - Spello (il luogo esatto sarà comunicato a ridosso dell'evento)

Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento. Tessera Federtrek 15,00 euro. Possibilità di farla il giorno della partenza

Accompagnatore1: AEV RUGGIERI FRANCESCO

Cell: +39 346 2179947

Accompagnatore2:

Cell:

Informazioni:

Nota: Si ricorda ai partecipanti che è obbligatoria l'esibizione della tessera FederTrek e la trascrizione del numero da parte degli accompagnatori. L'attività proposta può subire cambiamenti a discrezione degli accompagnatori per ragioni sicurezza e di opportunità per il gruppo, pertanto ogni tesserato è tenuto a rispettare le modalità di partecipazione stabilite dagli accompagnatori, seguendo le loro indicazioni. In caso contrario, verrà meno il rapporto di affidamento e, quindi, l'eventuale responsabilità verso chi sceglie percorsi o modalità differenti da quelle indicate.