

# ORME d'autunno

Domenica 11 ottobre 2015

## L'Abazia di Sassovivo (Uppello - Foligno)

Contrasti e sintonie tra la roccia bianca dei monti e i marmi colorati del chiostro

Informazioni e prenotazioni: G.A.E. Valerio Chiaraluce Tel. – 328 0810989, Email - [tular@email.it](mailto:tular@email.it)

Prezzo a persona 7€. Prenotazione obbligatoria telefonando entro il giorno precedente



- TIPOLOGIA: traversata (strada sterrata, sentiero)
- DIFFICOLTÀ: E (escursionistico)
- DISLIVELLO IN SALITA: m 200
- DISLIVELLO IN DISCESA: m 600
- PERCORRENZA: 7 km
- TEMPO PREVISTO: 4/5h
- MATERIALE: ABBIGLIAMENTO COMODO E ADEGUATO ALLA STAGIONE (pantaloni lunghi e giacca a vento), SCARPE COMODE (consigliati scarponcini da trekking), ACQUA, MANTELLINA O K-WAY. CONSIGLIATI ANCHE MACCHINA FOTOGRAFICA E BINOCOLO.

**9:00** – Ritrovo dei partecipanti presso il borgo di Uppello (percorrendo la SS3 - Flaminia in direzione Roma lasciare la superstrada all'uscita "Foligno Est - Macerata". Seguire poi le indicazioni per l'Abazia di Sassovivo e il paesino di Uppello (3,5 km dall'uscita della superstrada). Raggiunta la piazzetta al centro di Uppello si prosegue per pochi metri sino ad un bivio a sinistra che conduce ad un ampio parcheggio).

**9:30** – Spostamento in auto sino a Casale e inizio dell'escursione.

Dal paesino di Casale si raggiungeranno i prati sommitali del **Monte Serrone** dove sono ancora visibili i resti delle **nevriere** che rifornivano di ghiaccio la città di Foligno. Ripidi sentieri nei boschi di querce secolari ci condurranno sino alla suggestiva **cripta del Beato Alano** e all'**Abazia di Sassovivo** col suo incredibile chiostro. Un altro sentiero ci riporterà ad Uppello attraversando gli uliveti che ricoprono le radici della montagna.

**13:00 / 14:00** – Ritorno ad Uppello, fine dell'escursione e recupero delle auto.