

# WWW.ARCHEOUMBRIA.IT

Lunedì 17 aprile 2017

## Rasiglia e la valle del Menotre (Foligno)

Il fiume tra le montagne, dalla sorgente Capovena alle cascate di Pale

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 (sentiero, strada sterrata, strada asfaltata)
- DIFFICOLTÀ: T (turistico)
- DISLIVELLO IN SALITA: m 100
- DISLIVELLO IN DISCESA: m 450
- PERCORRENZA: 12 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 e PRANZO AL SACCO, CONSIGLIATI ANCHE MACCHINA FOTOGRAFICA, BINOCOLO e BASTONCINI DA PASSEGGIO.

**9:00** – Ritrovo dei partecipanti in località Altolina, presso Belfiore – frazione di Foligno (dalla Strada statale Flaminia presso Foligno prendere l'uscita "Foligno est" e proseguire lungo la SS77 seguendo le indicazioni per Pale. **N.B. BISOGNA SEGUIRE LA VECCHIA STRADA PER COLFIORITO E NON LA SUPERSTRADA RECENTE REALIZZATA.** 1,5 km dopo aver superato l'abitato di Colle San Lorenzo si prende un bivio sulla sinistra in discesa verso Belfiore. Giunti sul fondovalle, ad una piccola rotonda si va a destra seguendo le indicazioni per "Altolina – Cascate del Menotre" sino all'ampio piazzale dove si parcheggia).

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

Il cammino segue il corso del **fiume Menotre**, in passato noto col nome di Guesia, tra i boschi e i paesini dell'Appennino Folignate. Partiremo dalla più abbondante delle **sorgenti del fiume, quella di Capovena**, il cui flusso attraversa il **suggestivo borgo di Rasiglia** dove un tempo alimentava numerosi mulini ed opifici a forza idraulica. Lungo il percorso è prevista una sosta al **castello di Scopoli**, realizzato nel 1460 da Tommaso di Paolo da Foligno, abate della vicina abbazia benedettina di Sassovivo. Infine si raggiungerà il **borgo di Pale**, sede di antiche cartiere, dove si visiteranno le bellissime **cascate del Menotre**.

**14:00/15:00** – Ritorno alla località Altolina, fine dell'escursione e recupero delle auto.