



# PROGRAMMA ESCURSIONI NEL PARCO NAZIONALE DEI MONTI SIBILLINI (Giugno-Settembre 2013 )

Attività a cura delle Guide abilitate dell'  
**ASSOCIAZIONE GUIDE DEL PARCO NAZIONALE DEI MONTI SIBILLINI**

L'Associazione Guide del Parco Nazionale dei Monti Sibillini promuove, nell'ambito delle finalità previste dallo statuto, le attività escursionistiche, didattiche e di interpretazione ambientale delle guide associate. L'organizzazione, la direzione e lo svolgimento delle attività è di esclusiva competenza delle singole Guide professioniste abilitate dalle normative nazionali e regionali. Le Guide sono coperte da assicurazione R.C.

## ISTRUZIONI PER L'USO

La partecipazione alle attività richiede la prenotazione, che deve pervenire entro le ore 17.00 del giorno precedente, contattando telefonicamente o con e-mail la Guida del Parco. Si consiglia di chiedere sempre informazioni circa la difficoltà e l'equipaggiamento. Ricordiamo che è possibile effettuare richieste di specifici itinerari e che ogni escursione è riproponibile anche al di fuori delle date indicate.

---

## LEGENDA

**Durata:** durata complessiva dell'attività.

**Tempo di percorrenza:** si indica in genere il tempo di cammino effettivo, a cui si devono aggiungere i tempi di sosta.

**Dislivello:** in salita, espresso in metri.

**Difficoltà:**

T : percorso turistico (per tutti)

E : percorso escursionistico

EE : percorso per escursionisti esperti

---

## GIUGNO 2013

---

### Sabato 29 giugno

Luogo di ritrovo: ore 21.15 Colle Le Cese, Forca Canapine

**DALLE STALLE... ALLE STELLE!**

*Escursione notturna con gli asini, per osservare la notte e il cielo stellato sopra gli spazi aerei dei Piani di Castelluccio di Norcia*

Tempo di percorrenza: 3 ore , Dislivello: 200 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 18. Cena eventuale in Rifugio solo su richiesta, € 18

Guida del Parco: Roberto Canali 339 4513189 – 0743 820051

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

Luogo di ritrovo: Castelluccio di Norcia ore 9.30

### **I PIU' BEI SENTIERI PER AMMIRARE LA FIORITURA DI CASTELLUCCIO....E NON SOLO**

*Da Castelluccio a Colle le Cese*

Lungo le antiche stradine, attraversiamo il Pian Grande completamente fiorito. Poi accanto al laghetto e ancora sù per la faggeta fino all'alberghetto di Colle le Cese. Possibilità di cenare e pernottare per ripartire l'indomani alla volta di Castelluccio oppure possibilità di tornare alle auto.

Tempo di percorrenza: 5.00 ore; Dislivello: 200 m; Difficoltà: T

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Francesco Capozucca 349.4120325

email: [info@vagogiro.it](mailto:info@vagogiro.it)

Ritrovo: Piazza di Castelluccio di Norcia (PG). Ore 9.30

### **LA FIORITURA DEI PIANI DI CASTELLUCCIO**

Escursione panoramica per godere dello spettacolo cromatico della fioritura

Tempo percorrenza: 3.30 ore; Dislivello: 400 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 3281662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Luogo di ritrovo: Castelluccio di Norcia (PG). Ore 1.00 della notte tra sabato e domenica

### **ALBA SUL MONTE VETTORE**

*Che cosa si vede da lassù? A colazione sulla vetta più alta del Parco Nazionale dei Monti Sibillini, il Monte Vettore 2.476 m.*

Tempo percorrenza: 6.00 ore; Dislivello: 942 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 25

Guida del Parco: Marta Zarelli - Tel: 333.4310165

e-mail: [marta@passamontagna.org](mailto:marta@passamontagna.org)

### **Domenica 30 giugno**

Luogo di ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine).

### **SPECIALE PER FAMIGLIE: LA PASSEGGIATA DEI CUCCIOLI!**

*Escursione con gli asini da Colle le Cese ai Pantani di Accumoli. Special guest: i puledri*

Tempo di percorrenza: 4/5 ore; Dislivello: 200; Difficoltà: E

Quota individuale: €30 + €10 rimborso spese pranzo al basto dal Mulo-bar

Guida del Parco: Roberto Canali 339 4513189 – 0743 820051

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

Luogo di ritrovo: ore 9.00 a Norcia presso Emporio della Sibilla o sul luogo dell'escursione (contattare la Guida)

### **ESCURSIONE DELLA FIORITURA**

*paesaggi più belli sulla Fioritura di Castelluccio di Norcia e non solo. Da Castelluccio a Monte Patino ritorno per Valle Canatra*

Tempo di percorrenza: 5 ore; Dislivello: 500 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15.

Guida del Parco: Roberto Canali 339 4513189 – 0743 820051

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

Luogo di ritrovo: Colle le Cese (Forca Canapine) ore 9.30

### **I PIU' BEI SENTIERI PER AMMIRARE LA FIORITURA DI CASTELLUCCIO....E NON SOLO**

*Da Colle le Cese a Castelluccio*

Un tratto del Grande Anello dei Sibillini. Un favoloso sentiero che parte attraversando boschetti e radure con scorci sugli altopiani, sui Monti della Laga. Un'escursione molto facile, ma altrettanto appagante e grandiosa.

Tempo di percorrenza: 5.00 ore; Dislivello: 200 m; Difficoltà: T

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Francesco Capozucca 349.4120325

email: [info@vagogiro.it](mailto:info@vagogiro.it)

Ritrovo: Piazza Selvapiana - (Hotel Felycita) Frontignano di Ussita (MC) - Ore 09:00

**IL CAMOSCIO DELL'APPENNINO, IL PIÙ BELLO DEL MONDO**

*Un giro sul Mt. Bove per vedere i camosci (rupicapra pyrenaica ornata) nel loro ambiente.*

Tempo percorrenza: 4.00 ore; Dislivello: 800 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 16.00

Guida del Parco: Amedeo M.R. De Santis. Tel: 3356837350;

e-mail: [e-mail: amedeo.uimla@aruba.it](mailto:amedeo.uimla@aruba.it)

Ritrovo: Piazza di Castelluccio di Norcia (PG). Ore 8.30

**IL LAGO DI PILATO PER FORCA VIOLA**

*L'unico lago naturale delle Marche. Storie e leggende hanno contribuito a rendere famoso il lago e... il suo unico abitante.*

Tempo percorrenza: 6 ore; Dislivello: 550 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 3281662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

---

## LUGLIO 2013

---

### Martedì 2 luglio

Ritrovo: Piazza Selvapiana - (Hotel Felycita) Frontignano di Ussita (MC) . Ore 09:00

**IL CAMOSCIO DELL'APPENNINO, IL PIÙ BELLO DEL MONDO**

*Un giro sul Mt. Bove per vedere i camosci (rupicapra pyrenaica ornata) nel loro ambiente.*

Tempo percorrenza: 4.00 ore; Dislivello: 800 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 16:00

Guida del Parco: Amedeo M.R. De Santis. Tel: 3356837350;

e-mail: [amedeo.uimla@aruba.it](mailto:amedeo.uimla@aruba.it)

### Mercoledì 3 luglio

Ritrovo: Forca di Presta, Arquata del Tronto (AP). Ore 9:30

**LAGO DI PILATO**

*L'unico lago naturale delle Marche e il più alto dell'Appennino.*

Tempo percorrenza: 5.00 ore; Dislivello: 900 m; Difficoltà: EE

Quota individuale: € 16:00

Guida del Parco: Amedeo M.R. De Santis Tel: 3356837350;

e-mail: [amedeo.uimla@aruba.it](mailto:amedeo.uimla@aruba.it)

### Giovedì 4 luglio

Ritrovo: Porta Ascolana – Norcia (PG). Ore 09:00

**MT. E GROTTA DI PATINO**

*Sensazioni e panorami senza parole.*

Tempo percorrenza: 4.30 ore; Dislivello: 800 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15:00

Guida del Parco: Amedeo M.R. De Santis Tel: 3356837350;

e-mail: [amedeo.uimla@aruba.it](mailto:amedeo.uimla@aruba.it)

### Sabato 6 luglio

Ritrovo: Castelluccio di Norcia; ore 9.30

**LA FIORITURA DI CASTELLUCCIO....E NON SOLO**

*ALLA CONQUISTA DELLA GRANDE PIRAMIDE*

Escursione ad anello che, risalendo la Val Canatra, porta fino in cima al monte che domina su Norcia.

Panorami mozzafiato a 360°.  
Tempo di percorrenza: 5.00 ore; Dislivello: 650 m; Difficoltà: E  
Quota individuale: € 15  
Guida del Parco: Francesco Capozucca 349.4120325;  
e-mail:[info@vagogiro.it](mailto:info@vagogiro.it)

Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine).  
**ESCURSIONE CON GLI ASINI: DA COLLE LE CESE AL MONTE MACCHIALTA + SPECIALE PER FAMIGLIE: LA PASSEGGIATA DEI CUCCIOLI ! (MAMME E PULEDRI ASINI)**  
*Escursione con gli asini sui panorami di Castelluccio di Norcia. Special guest: i puledri!*  
Durata: 4/5 ore; Dislivello: 250 m; Difficoltà: E.  
Quota individuale: € 30 + € 10 rimborso spese pranzo  
Guida del Parco: Roberto Canali, 339 4513189 – 0743 820051;  
e-mail:[info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

### **Domenica 7 luglio**

Ritrovo: Madonna della Cona – Castelsantangelo sul Nera (MC). Ore 7.30  
**LA CRESTA INTEGRALE DEL VETTORE....CON LA TESTA TRA LE NUVOLE!**  
*Il sogno che diventa realtà! Il Favoloso, Imperdibile, Imparagonabile, Impegnativo, Indimenticabile, Avventuroso, Unico. Itinerario d' alta quota da Castelluccio a Montegalfo.*  
Tempo percorrenza: 8 ore; Dislivello: 1.525 mt; Difficoltà: EE  
Quota individuale: € 15  
Guida del Parco: Fabio Miconi Tel: 3356844128;  
e-mail:[info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine).  
**ESCURSIONE CON GLI ASINI: DA COLLE LE CESE FINO A CASTELLUCCIO – SUL GRANDE ANELLO**  
*Durata: 5 ore; Dislivello: 350; Difficoltà: E*  
Quota individuale: € 30 + € 10 rimborso spese pranzo  
Guida del Parco: Roberto Canali, 339 4513189 – 0743 820051;  
e-mail:[info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

Ritrovo: ore 9.00 a Norcia presso Emporio della Sibilla o sul luogo dell'escursione  
**ESCURSIONI DELLA FIORITURA: I PAESAGGI PIÙ BELLI SULLA FIORITURA DI CASTELLUCCIO DI NORCIA E NON SOLO**  
*L'anello di Palazzo Borghese - Monte Argentella*  
Durata: 5/6 ore; Dislivello: 900 m; Difficoltà: EE  
Guida del Parco: Roberto Canali, 339 4513189 – 0743 820051;  
e-mail:[info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

Luogo di ritrovo: Castelluccio di Norcia; ore 9.30  
**LA FIORITURA DI CASTELLUCCIO....E NON SOLO UN TUFFO TRA I FIORI**  
*Il percorso ad anello che offre la più completa opportunità di immergersi nella fioritura degli altopiani di Castelluccio.*  
Tempo di percorrenza: 6.00 ore; Dislivello: 200 m; Difficoltà: T  
Quota individuale: € 15  
Guida del Parco: Francesco Capozucca 349.4120325;  
e-mail:[info@vagogiro.it](mailto:info@vagogiro.it)

### **Mercoledì 10 luglio**

Ritrovo: 9,30 piazza di Ussita  
**CASTELFANTELLINO, CASCATA DELLE CALLARELLE**  
*Escursione panoramica per tutti, passaggio presso un borgo di Ussita, si continua in un bel sentiero ombreggiato sino ad arrivare alla Cascata, per i più intrepidi discesa al di sotto della forra.*  
Tempo di percorrenza: 4 ore; Dislivello: 400 mt; Difficoltà: T  
Quota individuale : 8 €  
Guida del parco. Orazi Noemi: tel 338/3512637  
e-mail:[corriconilupi@yahoo.it](mailto:corriconilupi@yahoo.it)

## **Sabato 13 luglio**

Luogo di ritrovo: Rifugio Sibilla (Montemonaco-AP) – 17.30.

### **IL TRAMONTO DALLA MONTAGNA MADRE: LA SIBILLA**

*Un magico momento per una magica vetta: il leggendario monte della Sibilla.*

Tempo percorrenza: 5.00 ore; Dislivello: 630 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Michele Sensini 338/1097709;

e-mail: [michele@passamontagna.org](mailto:michele@passamontagna.org)

Luogo di ritrovo: Castelluccio di Norcia; ore 9.30

### **LA FIORITURA DI CASTELLUCCIO....E NON SOLO**

#### **LAGO DI PILATO (DA CASTELLUCCIO)**

Entriamo nella più bella valle glaciale dei Monti Sibillini. Un'escursione maestosa e suggestiva ma non troppo difficile da effettuare.

Tempo di percorrenza: 7.00 ore; Dislivello: 850 m; Difficoltà: EE

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Francesco Capozucca 349.4120325;

e-mail: [info@vagogiro.it](mailto:info@vagogiro.it)

Ritrovo: ore 15.30 a Colle Le Cese (Forca Canapine)

### **SPECIALE FAMIGLIE : IL SABATO DEDICATO AI BAMBINI CON GLI ASINI**

*Durata: 2/3 ore; Dislivello: 100 m; Difficoltà: T (nulla)*

Quota individuale: €18

Guida del Parco: Roberto Canali: 339 4513189 – 0743 820051;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

## **Domenica 14 luglio**

Ritrovo: Rifugio Sibilla - Montemonaco (AP). Ore 9.00

### **SULLA VETTA DELLA SIBILLA**

*Un panorama unico lungo la cresta sospesa tra le valli dell'Aso e del Tenna fino alla vetta del mitico Monte Sibilla.*

Tempo percorrenza: 4.30 ore; Dislivello: 630 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Maurizio Fusari Tel: 3281662427 ;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: Fiastra (MC), Piazza Dario Conti. Ore 9:00

### **LO SPETTACOLO DELL'ACQUA NELLE GOLE DEL FIASTRONE**

Una delle più belle gole dei Sibillini, adatta a tutti, per un'immersione in una natura selvaggia e rigogliosa.

Tempo percorrenza: 4 ore; Dislivello: 360 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Michele Sensini 338/1097709;

e-mail: [michele@passamontagna.org](mailto:michele@passamontagna.org)

Ritrovo: 9,30 Piazza di Visso

### **CASCATA DEL COGNUNTO**

*Percorso benedettino tra fiume, cascate ed acque curative per i lebbrosi.*

Durata: 5 ore; Dislivello: 100mt; Difficoltà: E

Quota individuale: 8 €

Guida del parco: Orazi Noemi tel 338/3512637

e-mail: [corriconilupi@yahoo.it](mailto:corriconilupi@yahoo.it)

Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine)

### **ESCURSIONE CON GLI ASINI DA COLLE LE CESE A FORCA DI PRESTA + SPECIALE PER FAMIGLIE: LA PASSEGGIATA DEI CUCCIOLI ! (MAMME E PULEDRI ASINI)**

*Passeggiata tra gli spazi aerei sopra i Piani di Castelluccio di Norcia . Special guest: asini e ... puledri*

Durata: 5 ore; Dislivello: 300; Difficoltà: E

Quota individuale: €30 + €10 rimborso spese pranzo al basto dal Mulo-bar

Guida del Parco: Roberto Canali, 339 4513189 – 0743 820051;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

Ritrovo: ore 9.00 a Norcia presso Emporio della Sibilla o sul luogo dell'escursione

**ESCURSIONI DELLA FIORITURA: I PAESAGGI PIÙ BELLI SULLA FIORITURA DI CASTELLUCCIO DI NORCIA E NON SOLO**

*Da Castelluccio al Monte Lieto*

Durata: 5 ore; dislivello in salita: 400 m, Difficoltà: E

Quota individuale: €15

Guida del Parco: Roberto Canali, 339 4513189 – 0743 820051;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

Luogo di ritrovo: Castelluccio di Norcia; ore 9.30

**LA FIORITURA DI CASTELLUCCIO....E NON SOLO L'ANELLO DEI COLLI ALTI E BASSI E DEL PIAN PERDUTO**

*Facile passeggiata ad anello per immergersi nella fioritura degli altopiani, risalire sui colli di fronte a Castelluccio, inoltrarsi in una fresca vallata boscosa e riemergere su un altro altopiano.*

Tempo di percorrenza: 4.50 ore; Dislivello: 250 m; Difficoltà: T

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Francesco Capozucca 349.4120325;

e-mail: [info@vagogiro.it](mailto:info@vagogiro.it)

**Lunedì 15 luglio**

Ritrovo: 15,00 Sorgenti del Nera

**LA CASCATA DELLA SALUTE**

*Dalle sorgenti del Nera all'acqua della salute tra Cervi e Lupi.*

Durata: 4 ore; Dislivello: 300mt; Difficoltà: T

Quota individuale: 8 €

Guida del parco: Orazi Noemi tel 338/3512637

e-mail: [corriconilupi@yahoo.it](mailto:corriconilupi@yahoo.it)

**Sabato 20 Luglio**

Luogo di ritrovo: Forca di Presta ore 2.00 (notte tra venerdì e sabato)

**SUL MONTE VETTORE ILLUMINATI DALLA LUNA PIENA PER ASPETTARE IL SOLE CHE SORGE DAL MARE**

*Ascesa al Monte Vettore sotto una pioggia di stelle cadenti, illuminati in modo dalla luna.*

*Il ritorno, con la luce del sole ci offre anche la sensazione di "volare" sul Pian Grande di Castelluccio nel pieno della sua fioritura.*

Tempo di percorrenza: 6.00 ore; Dislivello: 950 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Note: temperatura rigida, abbigliamento invernale! Rientro previsto ore 10.30.

Guida del Parco: Francesco Capozucca 349.4120325;

e-mail: [info@vagogiro.it](mailto:info@vagogiro.it)

Ritrovo: Casa del Parco di Fiastra (MC). Ore 19.30

**LAME ROSSE IN LUNA PIENA**

*Le "piramidi" delle Lame Rosse ed il fascino del bosco al calar della notte.*

Tempo percorrenza: 2 ore; Dislivello: 150 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 10

Guida del Parco Fabio Miconi. Tel: 3356844128;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: ore 21.15 Colle Le Cese, Forca Canapine.

**ASINI E LUNA ! (QUASI LUNA PIENA)**

*Escursione notturna con gli asini, per osservare la notte e il cielo stellato sopra gli spazi aerei dei Piani di Castelluccio di Norcia*

Durata: 3 ore , Dislivello: 200 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 18. Cena eventuale in Rifugio solo su richiesta, € 18

Guida del Parco: Roberto Canali, 339 4513189 – 0743 820051;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

## **Domenica 21 luglio**

Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine).

### **ESCURSIONE CON GLI ASINI: DA COLLE LE CESE AL MONTE GUIDONE + SPECIALE PER FAMIGLIE: LA PASSEGGIATA DEI CUCCIOLI ! (MAMME E PULEDRI ASINI)**

*Escursione con gli asini sui panorami di Castelluccio di Norcia. Special guest: asini e ... puledri*

Durata: 4/5 ore; Dislivello: 200 m; Difficoltà: E.

Quota individuale: €30 + €10 rimborso spese pranzo al basto dal Mulo-bar

Guida del Parco: Roberto Canali, 339 4513189 – 0743 820051;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

Ritrovo: Ore 21,30 Piazza di Ussita

### **NOTTURNA... IL CASTELLO ED IL FIUME DI USSITA**

*Passeggiamo in silenzio, accompagnati dal richiamo degli uccelli notturni.*

Tempo di percorrenza: 3 ore; Dislivello: 100mt ; Difficoltà : T

Quota individuale: 8 €

Guida del parco: Orazi Noemi tel 338/3512637

e-mail: [corriconilupi@yahoo.it](mailto:corriconilupi@yahoo.it)

Luogo di ritrovo: Castelluccio di Norcia ore 9.30

### **LA FIORITURA DI CASTELLUCCIO....E NON SOLO L'ANELLO DEL MONTE LIETO**

*Cima non difficile da raggiungere, ma da cui si gode di una vista che spazia fino al Gran Sasso d'Italia.*

*Ritorno attraverso i boschetti ed il più piccolo degli altopiani di Castelluccio, molto rilassante e piacevole.*

Tempo di percorrenza: 5.00 ore; Dislivello: 350 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Francesco Capozucca 349.4120325;

e-mail: [info@vagogiro.it](mailto:info@vagogiro.it)

Ritrovo: Madonna della Cona – Castelsantangelo sul Nera (MC). Ore 8.30

### **LAGO DI PILATO PER FORCA VIOLA**

*L'unico lago naturale delle Marche. Storie e leggende hanno contribuito a rendere famoso il lago e... il suo unico abitante.*

Tempo percorrenza: 6 ore; Dislivello: 550 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Fabio Miconi Tel: 3356844128;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

## **Lunedì 22 luglio**

Ritrovo: Rifugio ANA – Forca di Presta, Arquata del Tronto (AP). Ore 19:30

### **NOTTURNA AL MT. VETTORE**

*Cena speciale al rifugio e partenza per l'escursione intorno a mezzanotte.*

Tempo percorrenza: 6.00 ore; Dislivello: 900 m; Difficoltà: EE

Quota individuale: € 38:00

Guida del Parco: Amedeo M.R. De Santis. Tel: 3356837350;

e-mail: [amedeo.uimla@aruba.it](mailto:amedeo.uimla@aruba.it)

Ritrovo ore 21.15, Rifugio di Colle Le Cese

### **DA COLLE LE CESE A MONTE MACCHIALTA AL CHIARO DI LUNA**

*Escursione notturna*

Durata: 3 ore; Dislivello: 200 m.; Difficoltà: E

Quota individuale: €12 ; cena (opzionale): € 18

Guida del Parco: Roberto Canali, 339 4513189 – 0743 820051;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

## **Sabato 27 luglio**

Ritrovo: Piazza di Ussita ore 15.30

### **VALLESTRETTA - LA VALLE DEGLI ANIMALI**

*Passeggiata Rurale tra borghi e boschi sino ad una piccola fattoria...*

Accarezziamo, giochiamo e nutriamo gli animali.

Tempo di percorrenza: 4 ore; Dislivello: 100 mt; Difficoltà : T  
Quota individuale: 8 €  
Guida del parco: Orazi Noemi tel 338/3512637;  
e-mail: [corriconilupi@yahoo.it](mailto:corriconilupi@yahoo.it)

Luogo di ritrovo: Ussita ore 9.00

### **A SPASSO CON I CAMOSCI**

*Camminiamo tra alcune delle cime più belle dei Sibillini, nella zona in cui è più probabile vedere i bellissimi camosci appenninici. Ritorno per la bellissima Val di Bove.*

Tempo di percorrenza: 6.30 ore; Dislivello: 900 m (ma con possibilità di prendere la seggiovia!!);  
Difficoltà: E  
Quota individuale: € 15  
Guida del Parco: Francesco Capozucca 349.4120325;  
e-mail: [info@vagogiro.it](mailto:info@vagogiro.it)

Ritrovo: ore 21.15 Colle Le Cese, Forca Canapine

### **DALLE STALLE ... ALLE STELLE!**

*Escursione notturna con gli asini, per osservare la notte e il cielo stellato sopra gli spazi aerei dei Piani di Castelluccio di Norcia.*

Durata: 3 ore , Dislivello: 200 m; Difficoltà: E  
Quota individuale: € 18. Cena eventuale in Rifugio solo su richiesta, € 18  
Guida del Parco: Roberto Canali, 339 4513189 – 0743 820051;  
e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

Ritrovo: Fiastra (MC), Piazza Dario Conti. Ore 16.30

### **TRAMONTO da PIZZO TRE VESCOVI**

*Nel cuore dei monti Sibillini, la cima di pizzo tre Vescovi è stata luogo di confine nel Medioevo, quando queste montagne erano transitate quanto lo sono oggi le moderne vie di comunicazione di fondovalle.*

Tempo percorrenza: 3 ore; Dislivello: 330 mt; Difficoltà: E  
Quota individuale: € 15  
Guida del Parco: Michele Sensini 338/1097709;  
e-mail: [michele@passamontagna.org](mailto:michele@passamontagna.org)

## **Domenica 28 luglio**

Ritrovo: Pintura di Bolognola (MC). Ore 8:30

### **MONTE PRIORA**

*Splendido itinerario che percorre un'elegante e affilata cresta. Un panorama che spazia a 360 gradi dalla costa Adriatica fin quasi al Tirreno.*

Tempo percorrenza: 5 ore; Dislivello: 530 mt; Difficoltà: EE  
Quota individuale: € 15  
Guida del Parco: Michele Sensini 338/1097709;  
e-mail: [michele@passamontagna.org](mailto:michele@passamontagna.org)

Ritrovo: piazzale antistante l'Hotel Felycita - Frontignano di Ussita (MC). Ore 9.00

### **MONTE BOVE... NEL REGNO DEL CAMOSCIO**

*Itinerario che ci conduce alla scoperta di uno dei fantastici gruppi dei monti Sibillini. Un fascino dovuto alla rocciosa parete Nord, alla valle di origine glaciale....e al suo abitante d'eccezione: il Camoscio Appenninico.*

Tempo percorrenza: 5.00 ore; Dislivello: 550 m; Difficoltà: E  
Quota individuale: € 15  
Guida del Parco: Fabio Miconi Tel: 3356844128;  
e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine).

### **ESCURSIONE CON GLI ASINI: DA COLLE LE CESE AL MONTE MACCHIALTA + SPECIALE PER FAMIGLIE: LA PASSEGGIATA DEI CUCCIOLI! (MAMME E PULEDRI ASINI)**

*Escursione con gli asini sui panorami di Castelluccio di Norcia. Special guest: i puledri!*

Durata: 4/5 ore; Dislivello: 250 m; Difficoltà: E.  
Quota individuale: € 30 + € 10 rimborso spese pranzo  
Guida del Parco: Roberto Canali, 339 4513189 – 0743 820051;  
e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)



## **Mercoledì 31 luglio**

Ritrovo: Piazzale Monte Prata – Davanti Hotel La Baita (MC). Ore 09:00

### **UN PERCORSO LUNGO UN SOGNO**

*Dalla Fonte della Jumenta per il Mt. Porche e la cresta Vallelunga.*

Tempo percorrenza: 6.00 ore; Dislivello: 800 m; Difficoltà: EE

Quota individuale: € 16:00

Guida del Parco: Amedeo M.R. De Santis Tel: 3356837350;

e-mail: [amedeo.uimla@aruba.it](mailto:amedeo.uimla@aruba.it)

---

## **AGOSTO 2013**

---

### **Venerdì 2 agosto**

Ritrovo: Ore 21,30 Piazza di Ussita

### **NOTTURNA... IL CASTELLO ED IL FIUME DI USSITA**

*Passeggiamo in silenzio accompagnati dal richiamo degli uccelli notturni*

Tempo di percorrenza: 3 ore; Dislivello: 100mt ; Difficoltà : T

Quota individuale: 8 €

Guida del parco: Noemi Orazi: tel 338/3512637;

e-mail: [corriconilupi@yahoo.it](mailto:corriconilupi@yahoo.it)

Ritrovo: Foce di Montemonaco (AP). Ore 9:00

### **IL LAGO DI PILATO: MITI E LEGGENDE PER GRANDI E PICCINI**

*Una "classica" dei Sibillini dal suo naturale accesso di fondo valle. Nessuna difficoltà tecnica ma solo un po' di fatica che anche i più piccoli saranno in grado di affrontare.*

Tempo percorrenza: 6 ore; Dislivello: 900 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Marta Zarelli 333/4310165;

e-mail: [marta@passamontagna.org](mailto:marta@passamontagna.org)

### **Sabato 3 agosto**

Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine).

### **ESCURSIONE CON GLI ASINI: DA COLLE LE CESE AL MONTE MACCHIALTA + SPECIALE PER FAMIGLIE: LA PASSEGGIATA DEI CUCCIOLI! (MAMME E PULEDRI ASINI)**

*Escursione con gli asini sui panorami di Castelluccio di Norcia. Special guest: i puledri!*

Durata: 4/5 ore; Dislivello: 250 m; Difficoltà: E.

Quota individuale: € 30 + € 10 rimborso spese pranzo

Guida del Parco: Roberto Canali. Tel: 339.4513189;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

Ritrovo: Colle le Cese (Forca Canapine) ore 9.30

### **LA PASSEGGIATA DELLE FAVOLE**

*Un inedito anello tra boschi, praterie e panorami bellissimi per raggiungere un luogo semplicemente incantevole: gli stagnetti di Accumoli*

Tempo di percorrenza: 5 ore; Dislivello: 300 m; Difficoltà: T

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Francesco Capozucca; Tel: 349.4120325;

e-mail: [info@vagogiro.it](mailto:info@vagogiro.it)

Ritrovo: Fiastra (MC), Piazza Dario Conti. Ore 9:00

### **LO SPETTACOLO DELL'ACQUA NELLE GOLE DEL FIASTRONE**

*Una delle più belle gole dei Sibillini, adatta a tutti, per un'immersione in una natura selvaggia e rigogliosa.*

Tempo percorrenza: 4 ore; Dislivello: 360 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Marta Zarelli 333/4310165;  
e-mail: [marta@passamontagna.org](mailto:marta@passamontagna.org)

Ritrovo: Rubbiano – Montefortino (FM). Ore 19.00

### **INFERNACCIO IN NOTTURNA**

*Escursione da brividi! La forra, la foresta e l'eremo alle ultime luci del giorno e nella magica atmosfera della notte... in uno dei luoghi più misteriosi ed evocativi del Parco.*

Tempo percorrenza: 3 ore; Dislivello: 200 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Fabio Miconi. Tel: 335.6844128;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

### **Domenica 4 agosto**

Ritrovo: Casa del Parco di Fiastra (MC). Ore 9.00

### **GOLE DEL FIASTRONE E LAME ROSSE**

*Lo spettacolo della natura! Percorrendo una tra le più belle gole dei Sibillini fino alle "piramidi" delle Lame Rosse.*

Tempo percorrenza: 4 ore; Dislivello: 360 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Note: obbligatorie calzature per camminare in acqua

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: Castelluccio ore 8.30 oppure chiesetta di Madonna della Cona (Mc) (bivio impianti scioviari di monte Prata); Ore 8:40

### **SUA MAESTÀ IL MONTE SIBILLA**

*Un'ascesa divertente per un crinale mozzafiato fino alla corona rocciosa della regina dei Sibillini*

Tempo di percorrenza: 6.00 ore; Dislivello: 600 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Francesco Capozucca; Tel: 349.4120325;

e-mail: [info@vagogiro.it](mailto:info@vagogiro.it)

Ritrovo: piazzale di Castelluccio di Norcia (PG). Ore 8:30

### **IL LAGO DI PILATO DA FONTE SAN LORENZO**

*L'unico lago naturale delle Marche. Storie e leggende hanno contribuito a rendere famoso il lago e...il suo unico abitante.*

Tempo percorrenza: 6 ore; Dislivello: 550 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Michele Sensini 338/1097709;

e-mail: [michele@passamontagna.org](mailto:michele@passamontagna.org)

Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine)

### **ESCURSIONE CON GLI ASINI DAL RIFUGIO COLLE LE CESE AI PANTANI DI ACCUMULI+ SPECIALE PER FAMIGLIE: LA PASSEGGIATA DEI CUCCIOLI! (MAMME E PULEDRI ASINI)**

*Passeggiata rilassante verso i laghetti degli altipiani. Special guest: i puledri!*

Durata: 4/5 ore; Dislivello: 200 m; Difficoltà: E

Quota individuale: €30 + €10 rimborso spese pranzo al basto "Mulo-bar"

Guida del Parco: Roberto Canali. Tel: 339.4513189;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

Ritrovo: ore 9.00 a Norcia presso Emporio della Sibilla o sul luogo dell'escursione (contattare la Guida)

### **GRAN TRAVERSATA DEL MONTE VETTORE (ATTRAVERSO IL LAGO DI PILATO)**

*La montagna più alta dei Monti Sibillini*

Durata: 6 ore; Dislivello: 850 m; Difficoltà: EE (media);

Quota individuale: € 15.

Guida del Parco: Roberto Canali. Tel: 339.4513189;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

## **Lunedì 5 agosto**

Ritrovo: Fiastra (MC), Piazza Dario Conti. Ore 9:00

### **AL FRESCO DELLA VALLE DEL FARGNO**

*Una grande varietà di ambienti per un'appagante escursione per gran parte affrontata al fresco della faggeta.*

Tempo di percorrenza: 5 ore; Dislivello: 700 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Michele Sensini 338/1097709;

e-mail: [michele@passamontagna.org](mailto:michele@passamontagna.org)

## **Martedì 6 agosto**

Ritrovo: F.ca Canapine – Nei pressi del Rifugio Genziana, Norcia (PG). Ore 10:00

### **MERAVIGLIA DELLE MERAVIGLIE**

*I Pantani di Accumoli e il Mt. Dei Signori.*

Tempo percorrenza: 3.30 ore; Dislivello: 350 m; Difficoltà: T

Quota individuale: € 15:00

Guida del Parco: Amedeo M.R. De Santis Tel: 3356837350;

e-mail: [amedeo.uimla@aruba.it](mailto:amedeo.uimla@aruba.it)

Ritrovo: Ore 15,00 Sorbo di Ussita

### **LU TEMPO DELL'OMMINI**

*Escursione storico, naturalistica culturale nella frazione di Sorbo, con visita ad una vecchia cantina...*

Tempo di percorrenza: 4 ore; Dislivello: 100mt; Difficoltà: T

Quota individuale: 8 €

Guida del parco: Noemi Orazi: tel 338/3512637;

e-mail: [corriconilupi@yahoo.it](mailto:corriconilupi@yahoo.it)

Ritrovo: chiesetta di Madonna della Cona (MC) (bivio impianti scioviari di monte Prata). Ore 8:30

### **MONTE SIBILLA DA MONTE PRATA**

*Lungo un'affilata e aerea cresta fino a giungere alla più famosa e magica montagna dei Sibillini*

Tempo percorrenza: 6 ore; Dislivello: 600 m; Difficoltà: EE

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: Fraz. Rubbiano (Montefortino – FM). Ore. 9.00

### **PASSEGGIATA ANTISTRESS ALL'INFERNACCIO**

*Una passeggiata negli scenari più suggestivi del Parco Nazionale dei Monti Sibillini per sperimentare tecniche di rilassamento e pratiche anti stress, riscoprendo allo stesso tempo l'empatia più intensa con la natura e i suoi benefici*

Tempo di percorrenza: 4.00 ore; Dislivello: 400 mt; Difficoltà: T

Quota individuale: € 20

Guida del Parco: Marta Zarelli 333/4310165;

e-mail: [marta@passamontagna.org](mailto:marta@passamontagna.org)

## **Mercoledì 7 agosto**

Ritrovo: San Lorenzo al Lago - Fiastra (MC). Ore 18.15

### **AL TRAMONTO...ALLA RICERCA DELLA FAUNA DEL PARCO**

*Un'attività adatta a tutti per osservare gli animali alle ultime luci del giorno.*

Durata dell'attività: 2.30 ore; Dislivello: 100 m; Difficoltà: T

Quota individuale: € 10

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: Pintura di Bolognola (MC). Ore 8:30

### **MONTE PRIORA**

*Splendido itinerario che percorre una elegante e affilata cresta. Un panorama che spazia a 360 gradi dalla costa Adriatica fin quasi al Tirreno.*

Tempo percorrenza: 5 ore; Dislivello: 530 mt; Difficoltà: EE

Quota individuale: € 15  
Guida del Parco: Marta Zarelli 333/4310165;  
e-mail: [marta@passamontagna.org](mailto:marta@passamontagna.org)

### **Giovedì 8 agosto**

Ritrovo: Madonna della Cona – Castelsantangelo sul Nera (MC). Ore 8:30

#### **LAGO DI PILATO PER FORCA VIOLA**

*L'unico lago naturale delle Marche. Storie e leggende hanno contribuito a rendere famoso il lago e... il suo unico abitante.*

Tempo percorrenza: 6 ore; Dislivello: 550 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Fabio Miconi. Tel: 335.6844128;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Luogo di ritrovo: Collina di Montemonaco-AP – 16.30

#### **IL TRAMONTO DALLA MONTAGNA MADRE: LA SIBILLA**

*Un magico momento per una magica vetta: il leggendario monte della Sibilla.*

Tempo percorrenza: 5.00 ore; Dislivello: 630 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Michele Sensini 338/1097709;

e-mail: [michele@passamontagna.org](mailto:michele@passamontagna.org)

### **Venerdì 9 Agosto**

Ritrovo: Forca di Presta, Arquata del Tronto (AP). Ore 9:30

#### **LAGO DI PILATO**

*L'unico lago naturale delle Marche e il più alto dell'Appennino.*

Tempo percorrenza: 5.00 ore; Dislivello: 900 m; Difficoltà: EE

Quota individuale: € 16:00

Guida del Parco: Amedeo M.R. De Santis Tel: 3356837350;

e-mail: [amedeo.uimla@aruba.it](mailto:amedeo.uimla@aruba.it)

### **Sabato 10 Agosto**

Luogo di ritrovo: Ussita (Mc)

#### **DALLA VAL DI PANICO ALLE CIME INCANTATE**

*Risaliamo la Val di Panico al cospetto dell'imponente parete del M.Bove Nord fino a raggiungere il rifugio del Fargno, tra le cime più belle dei Sibillini. La pausa pranzo presso il rifugio può essere a base di panini o di ottimi piatti della cucina appenninica*

Tempo di percorrenza: 6.00 ore; Dislivello: 800 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Francesco Capozucca; Tel: 349.4120325;

e-mail: [info@vagogyro.it](mailto:info@vagogyro.it)

Ritrovo: piazzale antistante Hotel Felycita - Frontignano di Ussita (MC). Ore 9.00

#### **MONTE BOVE... NEL REGNO DEL CAMOSCIO**

*Itinerario che ci conduce alla scoperta di uno dei fantastici gruppi dei monti Sibillini. Un fascino dovuto alla rocciosa parete Nord, alla valle di origine glaciale...e al suo abitante d'eccezione: il Camoscio Appenninico.*

Tempo percorrenza: 4.30 ore; Dislivello: 550 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: piazzale del mercato di San Lorenzo al Lago – Fiastra (MC). Ore 17.30

#### **IL TRAMONTO DAI PIANI DI RAGNOLO**

*Dallo spettacolare balcone naturale di Ragnolo il giorno lascia lentamente spazio alla notte...*

Tempo percorrenza: 3 ore; Dislivello: 150 m; Difficoltà: T

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Fabio Miconi. Tel: 335.6844128;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: ore 15.30 a Colle Le Cese (Forca Canapine)

**SPECIALE FAMIGLIE: IL SABATO DEDICATO AI BAMBINI CON GLI ASINI**

Durata: 2/3 ore; Dislivello: 100 m; Difficoltà: T (nulla)

Quota individuale: €18

Guida del Parco: Roberto Canali. Tel: 339.4513189;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

**Domenica 11 Agosto**

Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine).

**ESCURSIONE CON GLI ASINI: DA COLLE LE CESE AL MONTE GUAIDONE + SPECIALE PER FAMIGLIE: LA PASSEGGIATA DEI CUCCIOLI! (MAMME E PULEDRI ASINI)**

*Escursione con gli asini sui panorami di Castelluccio di Norcia. Special guest: asini e ... puledri*

Durata: 4/5 ore; Dislivello: 200 m; Difficoltà: E.

Quota individuale: €30 + €10 rimborso spese pranzo al basto dal Mulo-bar

Guida del Parco: Roberto Canali. Tel: 339.4513189;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

Ritrovo: Amandola (FM), Piazza Indipendenza. Ore 08.00

**ANELLO DELL'AMBRO**

*Un viaggio in una delle valli più selvagge dei Sibillini, a volo d'uccello sull'inaccessibile forra per scoprire il mondo dell'acqua, della leggenda e dei pastori che fino a pochi anni fa hanno abitato gli angoli più remoti di questa valle.*

Tempo di percorrenza: 6.00 ore; Dislivello: 900 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Michele Sensini 338/1097709;

e-mail: [michele@passamontagna.org](mailto:michele@passamontagna.org)

Ritrovo: Casa del Parco di Fiastra (MC). Ore 9.00

**GOLE DEL FIASTRONE E LAME ROSSE**

*Lo spettacolo della natura! Percorrendo una tra le più belle gole dei Sibillini fino alle "piramidi" delle Lame Rosse.*

Tempo percorrenza: 4 ore; Dislivello: 360 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Note: obbligatori sandali per camminare in acqua

Guida del Parco: Fabio Miconi. Tel: 335.6844128;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Luogo di ritrovo: Castelluccio di Norcia ore 9.30

**"IN VOLO" TRA NORCIA E CASTELLUCCIO**

*Passeggiata lungo il crinale che offre panorami stupendi sull'altipiano di Castelluccio e la piana di Norcia con ritorno lungo l'antica stradina che attraversa i prati del Pian Grande.*

Tempo di percorrenza: 4.30 ore; Dislivello: 200 m; Difficoltà: T

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Francesco Capozucca; Tel: 349.4120325;

e-mail: [info@vagogiro.it](mailto:info@vagogiro.it)

Ritrovo: termine strada bianca circa 2 km dopo Rubbiano – Montefortino (FM). Ore 19.00

**INFERNACCIO IN NOTTURNA**

*Escursione da brividi! La forra, la foresta e l'eremo alle ultime luci del giorno e nella magica atmosfera della notte... in uno dei luoghi più misteriosi ed evocativi del Parco.*

Tempo percorrenza: 2.30 ore; Dislivello: 200 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: ore 21.15 Colle Le Cese, Forca Canapine

**DALLE STALLE ... ALLE STELLE!**

*Escursione notturna con gli asini, per osservare la notte e il cielo stellato sopra gli spazi aerei dei Piani di Castelluccio di Norcia.*

Durata: 3 ore, Dislivello: 200 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 18. Cena eventuale in Rifugio solo su richiesta, € 18

Guida del Parco: Roberto Canali. Tel: 339.4513189;  
e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

### **Lunedì 12 Agosto**

Ritrovo: Piazza di Castelluccio di Norcia (PG). Ore 8.30

#### **LAGO DI PILATO PER FORCA VIOLA**

*L'unico lago naturale delle Marche. Storie e leggende hanno contribuito a rendere famoso il lago e... il suo unico abitante.*

Tempo percorrenza: 6 ore; Dislivello: 550 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: Castelluccio di Norcia. Ore 9.00

#### **PALAZZO BORGHESE**

*Nel cuore del Parco Nazionale dei Monti Sibillini per una delle più suggestive montagne del gruppo*

Tempo di percorrenza: 4.00 ore; Dislivello: 400 mt; Difficoltà: T

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Marta Zarelli 333/4310165;

e-mail: [marta@passamontagna.org](mailto:marta@passamontagna.org)

### **Martedì 13 Agosto**

Ritrovo: valico della Madonna della Cona. Ore 17.00

#### **IL TRAMONTO DAL MONTE LIETO**

*Il calar del sole dietro le dolci colline dell'Appennino Umbro, mentre l'intera catena dei Sibillini si tinge di rosa...*

Tempo di percorrenza: 3.00 ore; Dislivello: 400 mt; Difficoltà: T

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Marta Zarelli 333/4310165;

e-mail: [marta@passamontagna.org](mailto:marta@passamontagna.org)

Ritrovo: piazzale antistante l'Hotel Felicità - Frontignano di Ussita (MC). Ore 9.00

**MONTE BOVE... NEL REGNO DEL CAMOSCIO** *Itinerario che ci conduce alla scoperta di uno dei fantastici gruppi dei monti Sibillini. Un fascino dovuto alla rocciosa parete Nord, alla valle di origine glaciale...e al suo abitante d'eccezione: il Camoscio Appenninico.*

Tempo percorrenza: 5.00 ore; Dislivello: 550 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Fabio Miconi. Tel: 335.6844128;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: Casa del Parco di Fiastra (MC). Ore 19.00

**LAME ROSSE IN NOTTURNA** *Le "piramidi" delle Lame Rosse ed il fascino del bosco al calar della notte.*

Tempo percorrenza: 2 ore; Dislivello: 150 m; Difficoltà: T

Quota individuale: € 10

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

### **Mercoledì 14 Agosto**

Ritrovo: 15,00 Sorgenti del Nera

#### **LA CASCATA DELLA SALUTE**

*Dalle sorgenti del Nera all'acqua della salute tra Cervi e Lupi.*

Durata: 4 ore; Dislivello: 300mt; Difficoltà: T

Quota individuale: 8 €

Guida del parco: Noemi Orazi: tel 338/3512637;

e-mail: [corriconilupi@yahoo.it](mailto:corriconilupi@yahoo.it)

Ritrovo: Casa del Parco di Fiastra (MC). Ore 9.00

### **GOLE DEL FIASTRONE E LAME ROSSE**

*Lo spettacolo della natura! Percorrendo una tra le più belle gole dei Sibillini fino alle "piramidi" delle Lame Rosse.*

Tempo percorrenza: 4 ore; Dislivello: 360 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Note: obbligatorie calzature per camminare in acqua

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: Visso (MC), Piazzale Paolo da Visso - Ore 8:30

### **MONTE BOVE... NEL REGNO DEL CAMOSCIO**

*Itinerario che ci conduce alla scoperta di uno dei fantastici gruppi dei monti Sibillini. Un fascino dovuto alla rocciosa parete Nord, alla valle di origine glaciale... e al suo abitante d'eccezione: il Camoscio Appenninico.*

Tempo percorrenza: 5 ore; Dislivello: 550 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Marta Zarelli 333/4310165;

e-mail: [marta@passamontagna.org](mailto:marta@passamontagna.org)

Ritrovo: San Lorenzo al Lago di Fiastra (MC), Piazzale del mercato - Ore 16:00

### **BRACIOLATA AI PIANI DI RAGNOLO**

*Un magico tramonto sulla Valle del Fiastrone e la Marca Camerinese. Al termine braciolata, bruschette e vino a volontà.*

Tempo percorrenza: 3 ore; Dislivello: 200 mt; Difficoltà: T

Quota individuale: € 30

Guida del Parco: Michele Sensini 338/1097709; e-mail: [michele@passamontagna.org](mailto:michele@passamontagna.org)

Ritrovo: piazzale antistante l'Hotel Felicità - Frontignano di Ussita (MC). Ore 17.30

### **IL TRAMONTO DAL MONTE BICCO**

*Le ultime ore del giorno nel regno dei camosci.*

Tempo di percorrenza: 3.30 ore. Dislivello: 400; difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Fabio Miconi. Tel: 3356844128; e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

## **Giovedì 15 Agosto**

Ritrovo: ore 10.00 a Colle Le Cese (Forca Canapine)

### **SPECIALE: GIORNATA PER FAMIGLIE CON GLI ASINI!!! FAMILY DAY**

*Giornata speciale sui pascoli di Forca Canapine con gli asini.*

Durata: 3 ore; Dislivello: 150 m; Difficoltà: E;

Costo escursione + Pranzo in Rifugio: € 30

Guida del Parco: Roberto Canali. Tel: 339.4513189;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

Ritrovo: Parcheggio Porta Ussitana - Visso (MC). Ore 9.30

### **UNA TRANQUILLA GIORNATA DI MEZZA ESTATE**

*Lontano dai rumori, alla scoperta dei segreti del bosco dove regna il Cervo*

Tempo di percorrenza: 2.30 ore; Dislivello: 200; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Luogo di ritrovo: San Lorenzo al Lago - Fiastra (MC). Ore 17.00

### **IL TRAMONTO CON GRIGLIATA AI PIANI DI RAGNOLO**

*A cavallo tra il giorno e la notte dallo splendido altipiano, con intermezzo culinario!*

Tempo di percorrenza: 3 ore; Dislivello: 400 m; Difficoltà: T

Quota individuale: € 25

Guida del Parco: Fabio Miconi. Tel: 335.6844128;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

## **Venerdì 16 Agosto**

Ritrovo: piazzale di Castelluccio di Norcia (PG). Ore 8:30

### **LAGO DI PILATO DA FONTE SAN LORENZO**

*L'unico lago naturale delle Marche. Storie e leggende hanno contribuito a rendere famoso il lago e... il suo unico abitante.*

Tempo percorrenza: 6 ore; Dislivello: 550 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Marta Zarelli 333/4310165;

e-mail: [marta@passamontagna.org](mailto:marta@passamontagna.org)

Ritrovo: Madonna della Cona – Castelsantangelo sul Nera (MC). Ore 8.30

### **LAGO DI PILATO PER FORCA VIOLA**

*L'unico lago naturale delle Marche. Storie e leggende hanno contribuito a rendere famoso il lago e... il suo unico abitante.*

Tempo percorrenza: 6 ore; Dislivello: 550 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Fabio Miconi. Tel: 335.6844128;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: Rifugio di Cupi – Cupi di Visso (MC). Ore 19.30

### **SOTTO IL CIELO STELLATO: CUPPI - MACERETO**

*Stelle a perdita d'occhio!*

Tempo percorrenza: 2.00 ore; Dislivello: 200 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 20 comprensiva di cena a Macereto

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

## **Sabato 17 Agosto**

Ritrovo: ore 21.15 Colle Le Cese, Forca Canapine

### **DALLE STALLE ... ALLE STELLE!**

*Escursione notturna con gli asini, per osservare la notte e il cielo stellato sopra gli spazi aerei dei Piani di Castelluccio di Norcia.*

Durata: 3 ore , Dislivello: 200 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 18. Cena eventuale in Rifugio solo su richiesta, € 18

Guida del Parco: Roberto Canali. Tel: 339.4513189;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

Ritrovo: piazzale antistante l'Hotel Felycita - Frontignano di Ussita (MC). Ore 9.00

### **MONTE BOVE... NEL REGNO DEL CAMOSCIO**

*Itinerario che ci conduce alla scoperta di uno dei fantastici gruppi dei monti Sibillini. Un fascino dovuto alla rocciosa parete Nord, alla valle di origine glaciale... e al suo abitante d'eccezione: il Camoscio Appenninico.*

Tempo percorrenza: 4.30 ore; Dislivello: 550 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: termine strada bianca circa 2 km dopo Rubbiano – Montefortino (FM). Ore 19.00

### **INFERNACCIO IN NOTTURNA**

*Escursione da brividi! La forra, la foresta e l'eremo alle ultime luci del giorno e nella magica atmosfera della notte... in uno dei luoghi più misteriosi ed evocativi del Parco.*

Tempo percorrenza: 3 ore. Dislivello: 200 m. Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Fabio Miconi. Tel: 335.6844128;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Luogo di ritrovo: Rifugio Sibilla (Montemonaco-AP) – 16.30.

### **IL TRAMONTO DALLA MONTAGNA MADRE: LA SIBILLA**

*Un magico momento per una magica vetta: il leggendario monte della Sibilla.*

Tempo percorrenza: 5.00 ore; Dislivello: 630 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15



Guida del Parco: Marta Zarelli 333/4310165;  
e-mail: [marta@passamontagna.org](mailto:marta@passamontagna.org)

### **Domenica 18 Agosto**

Luogo di ritrovo: Castelluccio di Norcia ore 8.30

#### **GRAN TRAVERSATA DEL MONTE VETTORE (PER IL LAGO DI PILATO)**

*Entriamo nella valle glaciale più suggestiva dei Monti Sibillini. Un'escursione maestosa ed emozionante ma non troppo difficile da effettuare.*

Tempo di percorrenza: 6.00 ore; Dislivello: 850 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Francesco Capozucca; Tel: 349.4120325;

e-mail: [info@vagogiro.it](mailto:info@vagogiro.it)

Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine)

#### **ESCURSIONE CON GLI ASINI DA COLLE LE CESE A FORCA DI PRESTA + SPECIALE PER FAMIGLIE: LA PASSEGGIATA DEI CUCCIOLI! (MAMME E PULEDRI ASINI)**

*Passeggiata tra gli spazi aerei sopra i Piani di Castelluccio di Norcia . Special guest: asini e ... puledri*

Durata: 5 ore; Dislivello: 300; Difficoltà: E

Quota individuale: €30 + €10 rimborso spese pranzo al basto dal Mulo-bar

Guida del Parco: Roberto Canali. Tel: 339.4513189;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

Ritrovo: piazzale del mercato di San Lorenzo al Lago – Fiastra (MC). Ore 9.00

#### **GOLE DEL FIASTRONE E LAME ROSSE**

*Lo spettacolo della natura! Percorrendo una tra le più belle gole dei Sibillini fino alle "piramidi" delle Lame Rosse.*

Tempo percorrenza: 4 ore; Dislivello: 360 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Note: obbligatori sandali per camminare in acqua

Guida del Parco: Fabio Miconi. Tel: 335.6844128;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: piazzale antistante l'Hotel Felycita - Frontignano di Ussita (MC). Ore 18.00

#### **IL TRAMONTO DAL MONTE BOVE**

*Le ultime ore del giorno nel regno dei camosci.*

Tempo di percorrenza: 3.30 ore. Dislivello: 400; difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: Visso (MC), Piazzale Paolo da Visso - Ore 8:30

#### **MONTE BOVE... NEL REGNO DEL CAMOSCIO**

*Itinerario che ci conduce alla scoperta di uno dei fantastici gruppi dei monti Sibillini. Un fascino dovuto alla rocciosa parete Nord, alla valle di origine glaciale...e al suo abitante d'eccezione: il Camoscio Appenninico.*

Tempo percorrenza: 5 ore; Dislivello: 550 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Michele Sensini 338/1097709;

e-mail: [michele@passamontagna.org](mailto:michele@passamontagna.org)

Ritrovo: ore 9.00 a Norcia presso Emporio della Sibilla o sul luogo dell'escursione (contattare la Guida)

#### **ESCURSIONE FAUNISTICA: A SPASSO CON I CAMOSCI**

*Da Frontignano a Monte Bove Sud – ritorno per Val di Bove*

Durata: 6 ore; Dislivello: 900 m; Difficoltà: EE (media);

Quota individuale: € 15.

Guida del Parco: Roberto Canali. Tel: 339.4513189;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

## **Lunedì 19 Agosto**

Ritrovo: Fiastra (MC), Piazza Dario Conti. Ore 9:00

### **LO SPETTACOLO DELL'ACQUA NELLE GOLE DEL FIASTRONE**

*Una delle più belle gole dei Sibillini, adatta a tutti, per un'immersione in una natura selvaggia e rigogliosa.*

Tempo percorrenza: 4 ore; Dislivello: 360 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Michele Sensini 338/1097709;

e-mail: [michele@passamontagna.org](mailto:michele@passamontagna.org)

Ritrovo: chiesetta di Madonna della Cona (MC) (bivio impianti scioviari di monte Prata). Ore 8.30

### **MONTE SIBILLA DA MONTE PRATA**

*Lungo un'affilata e aerea cresta fino a giungere alla più famosa e magica montagna dei Sibillini*

Tempo percorrenza: 6 ore; Dislivello: 600 m; Difficoltà: EE

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Fabio Miconi. Tel: 335.6844128;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: San Lorenzo al Lago - Fiastra (MC). Ore 18.15

### **AL TRAMONTO...ALLA RICERCA DELLA FAUNA DEL PARCO**

*Un'attività adatta a tutti per osservare gli animali alle ultime luci del giorno.*

Durata dell'attività: 2.30 ore; Dislivello: 100 m; Difficoltà: T

Quota individuale: € 10

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

## **Martedì 20 Agosto**

Ritrovo: Castelluccio di Norcia. Ore 9.00

### **MONTE ARGENTELLA**

*Un panoramico anello che tocca le arrotondate creste del Monte Argentella, un'insolita cima panoramica e suggestiva.*

Tempo di percorrenza: 4.30 ore; Dislivello: 700 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Marta Zarelli 333/4310165;

e-mail: [marta@passamontagna.org](mailto:marta@passamontagna.org)

Ritrovo: piazzale antistante l'Hotel Felicità - Frontignano di Ussita (MC). Ore 9.00

### **MONTE BOVE... NEL REGNO DEL CAMOSCIO**

*Itinerario che ci conduce alla scoperta di uno dei fantastici gruppi dei monti Sibillini. Un fascino dovuto alla rocciosa parete Nord, alla valle di origine glaciale....e al suo abitante d'eccezione: il Camoscio Appenninico.*

Tempo percorrenza: 5 ore; Dislivello: 550 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Fabio Miconi. Tel: 335.6844128;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: Piazza di Castelluccio di Norcia (PG). Ore 23.30

### **NOTTURNA .... VERSO LA CIMA PIU' ALTA DEI SIBILLINI....ASPETTANDO L'ALBA**

*Escursione in notturna da Forca di Presta al Vettore per godere dello spettacolo del sorgere del sole dal tetto dei Sibillini.*

Tempo percorrenza: 5.30 ore; Dislivello: 950 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 25 inclusa colazione in vetta

Note: temperatura rigida, abbigliamento invernale! Rientro previsto ore 10:30

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

## **Mercoledì 21 agosto**

Ritrovo: Forca di Presta (AP). Ore 9:00

### **LA VETTA PIU' ALTA: IL MONTE VETTORE**

*Sulla vetta più alta del Parco per scoprire un fantastico panorama su tutto l'Appennino centrale*

Tempo percorrenza: 6 ore; Dislivello: 800 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Marta Zarelli 333/4310165;

e-mail: [marta@passamontagna.org](mailto:marta@passamontagna.org)

Ritrovo: termine strada bianca circa 2 km dopo Rubbiano – Montefortino (AP). Ore 9.00

### **INFERNACCIO FINO A CAPOTENNA**

*Attraverso forre, boschi e pascoli fino a giungere alla sorgente del Tenna.*

Tempo percorrenza: 4 ore; Dislivello: 300 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: Casa del Parco di Fiastra (MC). Ore 19.30

### **LAME ROSSE IN LUNA PIENA**

*Le "piramidi" delle Lame Rosse ed il fascino del bosco al calar della notte.*

Tempo percorrenza: 2 ore; Dislivello: 150 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 10

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: Rifugio ANA – Forca di Presta, Arquata del Tronto (AP). Ore 19:30

### **NOTTURNA AL MT. VETTORE**

Cena speciale al rifugio e partenza per l'escursione intorno a mezzanotte.

Tempo percorrenza: 6.00 ore; Dislivello: 900 m; Difficoltà: EE

Quota individuale: € 38:00

Guida del Parco: Amedeo M.R. De Santis Tel: 3356837350;

e-mail: [amedeo.uimla@aruba.it](mailto:amedeo.uimla@aruba.it)

## **Giovedì 22 agosto**

Ritrovo: Piazza di Ussita

### **VALLESTRETTA, LA VALLE DEGLI ANIMALI**

*Passeggiata Rurale tra borghi e boschi sino ad una piccola fattoria...*

Accarezziamo, giochiamo e nutriamo gli animali.

Tempo di percorrenza: 4 ore; Dislivello: 100 mt; Difficoltà : T

Quota individuale: 8 €

Guida del parco: Orazi Noemi; tel 338/3512637; e-mail [corriconilupi@yahoo.it](mailto:corriconilupi@yahoo.it)

Ritrovo: Piazza di Castelluccio di Norcia (PG). Ore 8.30

### **LAGO DI PILATO PER FORCA VIOLA**

*L'unico lago naturale delle Marche. Storie e leggende hanno contribuito a rendere famoso il lago e... il suo unico abitante.*

Tempo percorrenza: 6 ore; Dislivello: 550 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: piazzale di Castelluccio di Norcia (PG). Ore 8:30

### **LAGO DI PILATO DA FONTE SAN LORENZO**

*Il più grande lago di origine glaciale dell'Appennino e la meta più ambita di tutto il Parco Nazionale dei Monti Sibillini*

Tempo percorrenza: 6 ore; Dislivello: 550 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Marta Zarelli 333/4310165;

e-mail: [marta@passamontagna.org](mailto:marta@passamontagna.org)

## **Venerdì 23 agosto**

Ritrovo: Piazza Selvapiana - (Hotel Felycita) Frontignano di Ussita (MC) - Ore 09:00

### **IL CAMOSCIO DELL'APPENNINO, IL PIÙ BELLO DEL MONDO**

*Un giro sul Mt. Bove per vedere i camosci (rupicapra pyrenaica ornata) nel loro ambiente.*

Tempo percorrenza: 4.00 ore; Dislivello: 800 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 16:00

Guida del Parco: Amedeo M.R. De Santis Tel: 3356837350;

e-mail: [amedeo.uimla@aruba.it](mailto:amedeo.uimla@aruba.it)

Ritrovo: Casa del Parco di Fiastra (MC). Ore 9.00

### **GOLE DEL FIASTRONE E LAME ROSSE**

*Lo spettacolo della natura! Percorrendo una tra le più belle gole dei Sibillini fino alle "piramidi" delle Lame Rosse.*

Tempo percorrenza: 4 ore; Dislivello: 360 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Note: obbligatorie calzature per camminare in acqua

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: Forca di Ancarano. Ore. 9.00

### **ANELLO DEL MONTE PATINO**

*La cima ed entrambe i versanti della montagna di Norcia per una lunga e appagante escursione ai margini dei Sibillini.*

Tempo di percorrenza: 6 ore; Dislivello: 800 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Michele Sensini 338/1097709;

e-mail: [michele@passamontagna.org](mailto:michele@passamontagna.org)

Ritrovo: San Lorenzo al Lago - Fiastra (MC). Ore 18.15

### **AL TRAMONTO...ALLA RICERCA DELLA FAUNA DEL PARCO**

*Un'attività adatta a tutti per osservare gli animali alle ultime luci del giorno.*

Durata dell'attività: 2.30 ore; Dislivello: 100 m; Difficoltà: T

Quota individuale: € 10

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

## **Sabato 24 Agosto (notte tra venerdì e sabato)**

Luogo di ritrovo: Forca di Presta ore 2.30

### **SUL MONTE VETTORE ILLUMINATI DALLA LUNA PIENA PER ASPETTARE IL SOLE CHE SORGE DAL MARE**

*Ascesa al Monte Vettore sotto una pioggia di stelle cadenti, illuminati in modo dalla luna.*

Il ritorno, con la luce del sole ci offre anche la sensazione di "volare" sul Pian Grande di Castelluccio.

Tempo di percorrenza: 6.00 ore; Dislivello: 950 m; Difficoltà: E

note: temperature rigide; abbigliamento invernale!!; rientro previsto ore 10.30

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Francesco Capozucca; Tel: 349.4120325;

e-mail: [info@vagogiro.it](mailto:info@vagogiro.it)

## **Sabato 24 Agosto**

Ritrovo: piazza di Bolognola (MC). Ore 8:30

### **VALLE DELL'ACQUASANTA**

*Un piacevole e 'fresco' itinerario che, attraverso la faggeta, conduce all'inizio dell'inaccessibile forra.*

Tempo percorrenza: 3.30 ore; Dislivello: 150 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Michele Sensini 338/1097709;

e-mail: [michele@passamontagna.org](mailto:michele@passamontagna.org)

Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine).

**ESCURSIONE CON GLI ASINI: DA COLLE LE CESE AL MONTE MACCHIALTA + SPECIALE PER FAMIGLIE: LA PASSEGGIATA DEI CUCCIOLI! (MAMME E PULEDRI ASINI)**

*Escursione con gli asini sui panorami di Castelluccio di Norcia. Special guest: i puledri!*

Durata: 4/5 ore; Dislivello: 250 m; Difficoltà: E.

Quota individuale: € 30 + € 10 rimborso spese pranzo

Guida del Parco: Roberto Canali. Tel: 339.4513189;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

Ritrovo: Piazza Castelluccio di Norcia (PG). Ore 8.30

**QUATTROPASSI PER LA MITICA CASTELLUCCIO - VISSO**

*Tanto, tanto tempo per chiacchierare, un percorso lungo e poco frequentato: ampie e sconfinite distese, praterie, pascoli e dolci pendii e la voglia di non arrivare mai!*

Tempo percorrenza: 7.30 ore; Dislivello: 300 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Fabio Miconi. Tel: 335.6844128;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: ore 21.15 Colle Le Cese, Forca Canapine.

**ASINI E LUNA! (LUNA PIENA)**

*Escursione notturna con gli asini, per osservare la notte e il cielo stellato sopra gli spazi aerei dei Piani di Castelluccio di Norcia*

Durata: 3 ore ; Dislivello: 200 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 18. Cena eventuale in Rifugio solo su richiesta, € 18

Guida del Parco: Roberto Canali. Tel: 339.4513189;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

**Domenica 25 agosto**

Ritrovo: Fiastra (MC), Piazza Dario Conti. Ore 9:00

**LO SPETTACOLO DELL'ACQUA NELLE GOLE DEL FIASTRONE**

*Una delle più belle gole dei Sibillini, adatta a tutti, per un'immersione in una natura selvaggia e rigogliosa.*

Tempo percorrenza: 4 ore; Dislivello: 360 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Marta Zarelli 333/4310165;

e-mail: [marta@passamontagna.org](mailto:marta@passamontagna.org)

Ritrovo: Piazza di Castelluccio di Norcia (PG). Ore 7.45

**ANELLO DI PILATO (F.CA VIOLA-CIMA DEL REDENTORE-LAGO DI PILATO-F.CA VIOLA)**

*Un fantastico itinerario lungo la cresta sovrastante i Piani di Castelluccio per poi "tuffarsi" nel Lago di Pilato.*

Tempo percorrenza: 7.30 ore; Dislivello: 900 m; Difficoltà: EE

Quota individuale: € 20

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine)

**ESCURSIONE CON GLI ASINI DAL RIFUGIO COLLE LE CESE AI PANTANI DI ACCUMULI+ SPECIALE PER FAMIGLIE: LA PASSEGGIATA DEI CUCCIOLI! (MAMME E PULEDRI ASINI)**

*Passeggiata rilassante verso i laghetti degli altipiani. Special guest: i puledri!*

Durata: 4/5 ore; Dislivello: 200 m; Difficoltà: E

Quota individuale: €30 + €10 rimborso spese pranzo al basto "Mulo-bar"

Guida del Parco: Roberto Canali. Tel: 339.4513189;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

Ritrovo: ore 9.00 a Norcia presso Emporio della Sibilla o sul luogo dell'escursione (contattare la Guida)

**SUA MAESTÀ IL MONTE SIBILLA (DA MONTE PRATA PER MONTE PORCHE)**

*La più aerea delle creste dei Sibillini.*

Durata: 5/6 ore; Dislivello: 550 m; Difficoltà: EE

Quota individuale: € 15.

Guida del Parco: Roberto Canali. Tel: 339.4513189;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

## **Lunedì 26 agosto**

Ritrovo: Fiastra (MC), Piazza Dario Conti. Ore 09.30

### **IL CONFINE DI TRE DIOCESI: PIZZO TRE VESCOVI**

*Nel cuore dei monti Sibillini, la cima di pizzo tre Vescovi è stata luogo di confine nel Medioevo, quando queste montagne erano transitate quanto lo sono oggi le moderne vie di comunicazione di fondovalle.*

Tempo percorrenza: 5 ore; Dislivello: 550 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Michele Sensini 338/1097709;

e-mail: [michele@passamontagna.org](mailto:michele@passamontagna.org)

Ritrovo: piazzale antistante l'Hotel Felicità - Frontignano di Ussita (MC). Ore 9.00

### **LA PICCOLA TRAVERSATA: DA FRONTIGNANO A MONTE PRATA**

*Emozionanti scenari e panorami a destra e a manca. C'è di tutto: le valli, le gole, i paesi in lontananza e le cime dei Monti Sibillini a portata di piede*

Tempo percorrenza: 4 ore; Dislivello: 420 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Fabio Miconi. Tel: 335.6844128;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

## **Martedì 27 agosto**

Ritrovo: Castelluccio di Norcia, ore 9.00

### **ANELLO DI CASTELLUCCIO**

*Tra boschi e praterie, fino alla cima del Monte Patino che affaccia su Norcia.*

Tempo di percorrenza: 5 ore; Dislivello: 500; Difficoltà: E

Guida del Parco: Marta Zarelli 333/4310165;

e-mail: [marta@passamontagna.org](mailto:marta@passamontagna.org)

Ritrovo: Forca d'Ancarano (PG). Ore 9.00

### **ANELLO DI PATINO**

*Ascesa al Monte Patino, splendido balcone sul piano di Santa Scolastica.*

Tempo percorrenza: 5.30 ore; Dislivello: 870 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

## **Mercoledì 28 agosto**

Ritrovo: Forca di Presta, Arquata del Tronto (AP). Ore 9:30

### **LAGO DI PILATO**

*L'unico lago naturale delle Marche e il più alto dell'Appennino.*

Tempo percorrenza: 5.00 ore; Dislivello: 900 m; Difficoltà: EE

Quota individuale: € 16:00

Guida del Parco: Amedeo M.R. De Santis Tel: 3356837350;

e-mail: [amedeo.uimla@aruba.it](mailto:amedeo.uimla@aruba.it)

Ritrovo: piazzale antistante l'Hotel Felicità - Frontignano di Ussita (MC). Ore 9:00

### **MONTE BOVE... NEL REGNO DEL CAMOSCIO**

*Itinerario che ci conduce alla scoperta di uno dei fantastici gruppi dei monti Sibillini. Un fascino dovuto alla rocciosa parete Nord, alla valle di origine glaciale... e al suo abitante d'eccezione: il Camoscio Appenninico.*

Tempo percorrenza: 5 ore; Dislivello: 550 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Fabio Miconi. Tel: 335.6844128;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

## **Giovedì 29 agosto**

Ritrovo: Piazza di Castelluccio di Norcia (PG). Ore 8.45

### **LAGO DI PILATO PER FORCA VIOLA**

*L'unico lago naturale delle Marche. Storie e leggende hanno contribuito a rendere famoso il lago e... il suo*

*unico abitante.*

Tempo percorrenza: 6 ore; Dislivello: 550 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Maurizio Fusari. Tel: 328.1662427;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

### **Venerdì 30 agosto**

Ritrovo: 9,30 Piazza di Visso

#### **CASCATA DEL COGNUNTO**

*Percorso benedettino tra fiume, cascate ed acque curative per i lebbrosi.*

Tempo di percorrenza: 5 ore; Dislivello: 100mt; Difficoltà: E

Quota individuale: 8 €

Guida del parco: Noemi Orazi: tel 338/3512637;

e-mail: [corriconilupi@yahoo.it](mailto:corriconilupi@yahoo.it)

Ritrovo: Castelluccio di Norcia. Ore. 9.00

#### **PALAZZO BORGEHSE**

*Nel cuore del Parco Nazionale dei Monti Sibillini per una delle più suggestive montagne del gruppo*

Tempo di percorrenza: 4.00 ore; Dislivello: 400 mt; Difficoltà: T

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Marta Zarelli 333/4310165;

e-mail: [marta@passamontagna.org](mailto:marta@passamontagna.org)

Ritrovo: Casa del Parco di Fiastra (MC). Ore 9.00

#### **GOLE DEL FIASTRONE E LAME ROSSE**

*Lo spettacolo della natura! Percorrendo una tra le più belle gole dei Sibillini fino alle "piramidi" delle Lame Rosse.*

Tempo percorrenza: 4 ore; Dislivello: 360 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Note: obbligatori sandali per camminare in acqua

Guida del Parco: Fabio Miconi. Tel: 335.6844128;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

### **Sabato 31 agosto**

Ritrovo: Foce di Montemonaco. Ore.9.00

#### **IL LAGO DI PILATO DA FOCE DI MONTEMONACO**

*Il leggendario specchio d'acqua, unico lago di origine glaciale dell'Appennino, per la lunga e selvaggia valle di Pilato.*

Tempo di percorrenza: 6 ore; Dislivello: 900 mt; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Marta Zarelli 333/4310165;

e-mail: [marta@passamontagna.org](mailto:marta@passamontagna.org)

Ritrovo: Piazza di Castelluccio di Norcia (PG) ore 23.30

#### **NOTTURNA .... VERSO LA CIMA PIU' ALTA DEI SIBILLINI....ASPETTANDO L'ALBA**

*Escursione in notturna da Forca di Presta al Vettore per godere dello spettacolo del sorgere del sole dal tetto dei Sibillini.*

Tempo percorrenza: 5.30 ore; Dislivello: 950 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 25 inclusa colazione in vetta

Note: temperatura rigida, abbigliamento invernale! Rientro previsto ore 10:30

Guida del Parco: Fabio Miconi. Tel: 335.6844128;

e-mail: [info@quattropassi.org](mailto:info@quattropassi.org)

Ritrovo: ore 21.15 Colle Le Cese, Forca Canapine

#### **DALLE STALLE... ALLE STELLE!**

*Escursione notturna con gli asini, per osservare la notte e il cielo stellato sopra gli spazi aerei dei Piani di Castelluccio di Norcia.*

Durata: 3 ore , Dislivello: 200 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 18. Cena eventuale in Rifugio solo su richiesta, € 18

Guida del Parco: Roberto Canali. Tel: 339.4513189;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

Luogo di ritrovo: Castelluccio ore 9.00

**SUA MAESTÀ IL MONTE SIBILLA (Da Castelluccio)**

*Un'ascesa divertente per un crinale mozzafiato fino alla corona rocciosa della regina dei Sibillini*

Tempo di percorrenza: 6.00 ore; Dislivello: 600 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Francesco Capozucca; Tel: 349.4120325;

e-mail: [info@vagogiro.it](mailto:info@vagogiro.it)

---

## SETTEMBRE 2013

---

### Domenica 1 settembre

Luogo di ritrovo: Collina (Montemonaco-AP) – 08.00

**IL MONTE SIBILLA**

*Un magico momento per una magica vetta: il leggendario monte della Sibilla.*

Tempo percorrenza: 5.00 ore; Dislivello: 630 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Marta Zarelli 333/4310165;

e-mail: [marta@passamontagna.org](mailto:marta@passamontagna.org)

Luogo di ritrovo: Castelluccio di Norcia ore 9.30

**L'ANELLO IMPERIALE**

*Escursione ad anello per raggiungere un ambiente dolomitico nel cuore dei Sibillini.*

Tempo di percorrenza: 6.00 ore; Dislivello: 900 m; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Francesco Capozucca; Tel: 349.4120325;

e-mail: [info@vagogiro.it](mailto:info@vagogiro.it)

Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine).

**ESCURSIONE CON GLI ASINI: DA COLLE LE CESE AL MONTE GUIDONE + SPECIALE PER FAMIGLIE: LA PASSEGGIATA DEI CUCCIOLI! (MAMME E PULEDRI ASINI)**

*Escursione con gli asini sui panorami di Castelluccio di Norcia. Special guest: asini e ... puledri*

Durata: 4/5 ore; Dislivello: 200 m; Difficoltà: E.

Quota individuale: €30 + €10 rimborso spese pranzo al basto dal Mulo-bar

Guida del Parco: Roberto Canali. Tel: 339.4513189;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)

Ritrovo: ore 9.00 a Norcia presso Emporio della Sibilla o sul luogo dell'escursione (contattare la Guida)

**DA CASTELLUCCIO, GIRO DELLE 3 CIME DEI "PRE-SIBILLINI": MONTE PATINO - DELLE ROSE - LIETO**

Durata: 5 ore; Dislivello 500 m.; Difficoltà: E

Quota individuale: € 15

Guida del Parco: Roberto Canali. Tel: 339.4513189;

e-mail: [info@lamulattiera.it](mailto:info@lamulattiera.it)