



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Città di Castello

Via Gramsci - 06012 Città di Castello (PG)
Tel.- 334 1385315 - e-mail cai.cittadicastello@inwind.it



Escursionismo

21-22 Giugno 2014

IL SENTIERO FRANCESCANO Romita di Cesi (Terni)

<i>Ambiente:</i>	media montagna, boschi di cerri, lecceti - panoramico
<i>Tempo complessivo:</i>	ore 5 (1° giorno) (16Km) ore 5 (2° giorno) (19Km)
<i>Difficoltà:</i>	EE (solo per la lunghezza)
<i>Mezzo di trasporto:</i>	auto proprie
<i>Dislivello:</i>	m 800 (salita) m 400 (discesa) (1° giorno) m 150 (salita) m 500 (discesa) (2° giorno)
<i>Ritrovo a:</i>	bar tre bis
<i>Partenza:</i>	ore 7,30
<i>Direttore:</i>	Marta Mozzaorecchi
<i>Vice-direttore:</i>	Francesco Gallo e Vincenzo Bucci
<i>Equipaggiamento:</i>	Scarponi e abbigliamento adeguato alla stagione Necessario per il pernottamento (sacco lenzuolo, pila frontale,)
<i>Note:</i>	Pranzi al sacco; Cena e pernottamento alla Romita di Cesi (a offerta individuale) - Ambiente spartano

ROMITA DI CESI

21-22 Giugno

1° giorno

Passando per Spoleto si lascia una (o più) macchina lungo il Sentiero Francescano, all'altezza del vocabolo Crocemaroggia (cfr. mappa pag. 125 Seracchioli, 3^a ediz). Con le altre macchine si arriva a Cesi.

Escursione - Da Cesi (m 400) si sale alla Chiesa di Sant'Erasmus (m 790) e alle mura megalitiche dei popoli umbri, con il bel pianoro panoramico sulla valle ternana. Da qui si sale ancora verso la cima più alta dei Monti Martani – Monte Torre Maggiore (m 1120) – con vista spettacolare a 360° e luogo arcaico di culto e di devozioni fino all'epoca romana imperiale.

Si prosegue poi in discreta discesa verso l'aperta sella posta a NNO, breve salita ad un poggio e quindi discesa all'ombra della lecceta verso la Romita di Cesi (m 800), dove ci incontreremo con p. Bernardino. Visita, cena e pernottamento.

Tempo: h 4,00

Dislivello: m 800 (salita) m 400 (discesa)

2° giorno

Seguendo l'itinerario del Sentiero Francescano, ci avvieremo in direzione di Spoleto, passando vicino al bel borgo di Macerino (km 9), alternando tratti di sentiero e di strada bianca; ciò fino a Fogliano (km 5; km 14), dove comincerà la strada asfaltata che più o meno ripida, ma sempre panoramica, ci condurrà fino a Crocemaroggia (km 5; km 19).

Tempo: h 5,00

Distanza: km 19

Dislivello : m 150 (salita) m 500 (discesa)