



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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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