

# Escursioni di Versanti

---

**08 - 09 - 10 - 11 Dicembre**

## **Umbria: Trekking degli Eremi e delle Abbazie**

E' bello scoprire che molti luoghi di rilevanza storica sono raggiungibili anche a piedi. E allora cosa c'è di meglio se non unire la bellezza del paesaggio alla cultura e promuovere un turismo divertente e sostenibile? Andremo a camminare sugli antichi percorsi degli eremi e delle abbazie, che nei secoli videro transitare pellegrini provenienti da tutta Europa.



### **1° Giorno**

Da Brescia si arriva a Gubbio, una storica cittadina situata alle pendici del monte Ingino. Passando dalle mura, dal palazzo ducale e dalla Basilica di Sant'Ubaldo, si arriva sulla cima della montagna. Uno stupendo panorama si apre su Gubbio e sull'Eremo di Sant'Ambrogio, situato sul lato opposto della valle. Il ritorno è per lo stesso percorso. Nel pomeriggio trasferimento a Pale di Foligno. Pranzo al sacco, cena e pernottamento in hotel.

**Dislivello: 420m**

**Tempo medio di percorrenza (andata e ritorno - soste escluse): ore 3,30**

**Difficoltà: Escursionismo - Pranzo: al sacco**

**Trasferimento: pullman** (il costo sarà calcolato sul numero dei partecipanti e aggiunto alla quota)

## 2° Giorno

Partenza per l'escursione all'eremo di Santa Maria Giacobbe (XI secolo) e alle cascate del Menotre. Il percorso inizia dall'hotel, scende nella forra e risale all'eremo, ricavato nella roccia della montagna. Siamo in un luogo particolare, intimo e silenzioso, impreziosito da alcuni affreschi dell'epoca. Lasciato l'eremo, si segue il corso del fiume Menotre che, precipitando a valle, forma una serie di suggestive cascate. Per chi lo desidera, l'escursione continua sul "Sentiero storico" dell'Abbazia di Sassovivo (XI secolo). Dalla piazzetta di Pale, posta all'ingresso delle mura del castello, si sale al celeberrimo monastero, sicuramente uno dei monumenti più belli d'Italia. Il ritorno è per lo stesso percorso. Pranzo al sacco, cena e pernottamento in hotel.

**Dislivello Eremo + Cascate Menotre: 380m**

**Tempo medio di percorrenza (andata e ritorno - soste escluse): ore 3,30**

**Dislivello Eremo + Cascate Menotre + Abbazia di Sassovivo: 780m**

**Tempo medio di percorrenza (andata e ritorno - soste escluse): ore 6,00**

**Difficoltà: Escursionismo - Pranzo: al sacco**

---

## 3° Giorno

Trasferimento a Norcia. La cittadina, situata nel cuore del Parco Nazionale dei Monti Sibillini, è stata inserita nella lista delle città d'arte più belle d'Italia. Oggi partiremo dalla Basilica di San Benedetto e, seguendo il percorso del cammino dedicato al Santo che in 16 tappe arriva a Montecassino, ci immergeremo nel bellissimo paesaggio dell'Umbria, ricco di misticismo e di storia. Pranzo al sacco. Trasferimento a Cascia, cena e pernottamento in hotel.

**Dislivello: 480m - Tempo medio di percorrenza (andata e ritorno - soste escluse): ore 5,30**

**Difficoltà: Escursionismo - Pranzo: al sacco**

---

## 4° Giorno

Dalla Basilica di Santa Rita inizia il sentiero medievale che collega Cascia con lo scoglio di Roccaporena, un luogo mistico e sorprendente. Secondo la tradizione, Santa Rita pregava tanto intensamente da lasciare impresse nella roccia le impronte delle ginocchia e dei gomiti. A Roccaporena si possono visitare i luoghi dove la Santa ha vissuto prima di entrare in monastero. Il ritorno è per lo stesso itinerario. Pranzo al sacco. Nel pomeriggio rientro a Brescia.

**Dislivello: 400m - Tempo medio di percorrenza (andata e ritorno - soste escluse): ore 4,00**

**Difficoltà: Escursionismo - Pranzo: al sacco**

### La quota di partecipazione è di 385 Euro e comprende:

- pernottamento in camera doppia in hotel 3 stelle con area benessere;
- trattamento di mezza pensione (bevande e caffè esclusi);
- polizza infortuni per le escursioni del 08/09/10/11Dicembre ([fascicolo informativo](#) – [massimali](#));
- servizi di organizzazione e accompagnamento;

### La quota di partecipazione non comprende:

- pranzo al sacco;
- trasferimento in pullman;  
(il costo sarà calcolato sul numero dei partecipanti e aggiunto alla quota di partecipazione)
- tutto ciò che non è indicato nella voce "La quota di partecipazione comprende";

[Clicca qui per iscriverti](#)

## Punti di incontro dei partecipanti

- **Giovedì 08 Dicembre - ore 5.00 - Gardone Val Trompia**
- (al parcheggio del centro commerciale, situato presso la rotonda)
- **Giovedì 08 Dicembre - ore 5.15 - Concesio**
- (al parcheggio situato a lato della pasticceria Possi)
- **Giovedì 08 Dicembre - ore 5.35 - Brescia**
- (al parcheggio Esselunga della Volta, davanti alla Conbipel)
- **Giovedì 08 Dicembre - ore 6,00 - Desenzano**
- (al parcheggio a lato del casello autostradale)

## Materiale ed equipaggiamento

- abbigliamento completo da escursionismo (comprensivo di giacca antivento, guanti, copricapo) e calzature da trekking;
- borsa/trolley di piccole dimensioni con indumenti di ricambio ed effetti di igiene personale;
- si richiede di partire da casa indossando l'abbigliamento da escursionismo, provvisti di pranzo al sacco ed acqua per l'escursione del primo giorno;
- l'hotel fornisce biancheria da letto e da bagno;
- per un migliore confort notturno si suggerisce, in caso di necessità, l'uso di tappi auricolari;

## Condizioni di partecipazione

- Il partecipante è tenuto a conoscere il programma dell'escursione, il materiale necessario, il dislivello, il tempo di percorrenza ed avere un allenamento adeguato. Il programma potrebbe subire modifiche a causa delle condizioni meteorologiche, per motivi di sicurezza dei partecipanti o per migliorare la fruibilità dei servizi.
- La cancellazione dell'iscrizione comporta l'applicazione delle seguenti penali:
  - 50% della quota di partecipazione dopo l'iscrizione e fino a 31 giorni prima della partenza;
  - 100% della quota di partecipazione da 30 giorni prima della partenza;
- Il mancato arrivo del partecipante al punto di incontro attiverà la penale "NO SHOW" del 100% da parte di Versanti, dell'hotel e dell'agenzia di autoservizi.
- L'Associazione Versanti è responsabile dell'incolumità fisica dei partecipanti. Per questa ragione non è consentito precedere la guida, rimanere dietro al collaboratore che chiude il gruppo, cambiare itinerario utilizzando scorciatoie, sia in salita che in discesa. Chi lascia il gruppo in maniera temporanea o definitiva lo fa a suo rischio e pericolo.  
Per maggiori informazioni clicca qui.
- L'Associazione Versanti non ha responsabilità nei confronti dei partecipanti per comportamenti imprudenti assunti autonomamente durante l'escursione
- In linea con le normative vigenti si richiede di versare la quota associativa annuale di 20 Euro alla prima escursione a cui si partecipa.

## Organizzazione tecnica

Nuovantina Viaggi di Spinelli Patrizia  
Via Paolo VI n° 3  
25068 Sarezzo (Bs)  
P.IVA 0349520989

Autorizzazione amministrativa n. 25941 del 04/03/2013 in conformità con quanto disposto dalla Legge Regionale n. 15 del 30/03/1988

**E-mail: [flavio@versanti.it](mailto:flavio@versanti.it) - Cellulare: 3392238641**