

ÀNDARAS

SPOLETO BEVAGNA MONTEFALCO

Giovedì 15 Agosto • € 89

Partenza al mattino. Arrivo a Bevagna, tempo libero per la visita del borgo medievale che ha conservato quasi intatto il suo assetto urbanistico. Piazza Silvestri è considerata una delle più belle piazze. Importanti anche il Palazzo dei Consoli, le chiese romaniche e la cinta muraria, ricca di torri e bastioni, interrotta da porte medievali o da aperture più recenti che consentono l'ingresso al centro storico. Proseguimento per Montefalco, incantevole la sua posizione geografica, sul vertice di un ameno colle, che si erge al centro delle valli del Clitunno, del Topino e del Tevere, la città è stata definita "Ringhiera dell'Umbria". Celebre altresì per gli affreschi delle sue chiese, che ne fanno un punto di riferimento essenziale per la conoscenza della pittura umbra. Pranzo in ristorante con bevande. Trasferimento a Spoleto, visita della bella città, ricca di monumenti risalenti all'epoca romana e medievale. Il Duomo, la Chiesa di S. Gregorio Maggiore, il Palazzo comunale. Al termine partenza per il rientro con arrivo in serata.

ISOLA SANTA Le incisioni rupestri dell'Alpe di Puntato

Domenica 15 Settembre • € 60

Partenza al mattino con il pullman. Arrivo all'Isola Santa un piccolo gioiello incastonato tra le Alpi Apuane. Il borgo e il paesaggio furono profondamente trasformati quando, alla fine degli anni '40 del novecento, entrò in attività la diga di sbarramento sul torrente Turrite Secca, il cui lago lasciò emersa solo la parte sommitale del paese. Attraversata la diga inizieremo a salire per un tracciato serpeggiante tra castagni e faggi fino a raggiungere Col di Favilla, "paese fantasma" ma un tempo popolato da una comunità legata alla montagna e al suo sfruttamento. Proseguiamo fino all'Alpe di Puntato dove si può ammirare uno dei più interessanti siti archeologici delle Apuane, ossia il "masso delle girandole". Pranzo libero al sacco. Rientro in paese nel pomeriggio. Ripresa del bus ed arrivo in serata.

Lunghezza del percorso 12 km circa
Dislivello positivo 500 m
Difficoltà E (escursionistico)

ÀNDARAS

MARRADI Festa della castagna

Domenica 20 ottobre • € 55

Partenza al mattino con il treno per raggiungere località vicino a Marradi, da qui partiamo alla volta del "Castellone" di grande importanza strategica chiamato anticamente "Castrum leonis" di cui si parlava già in un documento del 1123. Si prosegue lungo il crinale Monte Fossa del Lupo per ridiscendere, attraverso un magnifico castagneto secolare, fino a Marradi. Tempo a disposizione per partecipare alla famosa fiera del marrone: stand gastronomici e di artigianato ci aspettano. Nel pomeriggio rientro con il treno nei luoghi di partenza.

Lunghezza 10 km circa
Dislivello positivo 400 m.
Difficoltà E (escursionistico)

ÀNDARAS

PORTOVENERE RIOMAGGIORE

Il sentiero dell'infinito
Domenica 10 Novembre • € 70

Partenza al mattino con il pullman per raggiungere Portovenere da dove iniziamo a camminare lungo uno dei percorsi più belli delle Cinque Terre, passando tra terrazze coltivate, antichi tratti senza tempo in buona parte a picco sul mare. E poi ci sono i borghi, dalle case color pastello: Monesteroli uno degli angoli più incredibili della Liguria. Un luogo unico al mondo che domina il mare ai confini tra realtà e fantasia e Campiglia, circondato da pittoreschi terrazzamenti che degradano verso il mare fino ad arrivare al Monastero della Madonna di Montenero da dove si possono ammirare le isole di Palmaria, Tino e Tinetto. Pranzo libero al sacco. Rientro in treno a La Spezia, ripresa del bus ed arrivo in serata.

Lunghezza dell'escursione 16 km circa
Dislivello positivo 600 m
Difficoltà E (escursionistico)

LA VERNA • CAMALDOLI

Domenica 22 Settembre • € 80

Partenza al mattino. Arrivo a Camaldoli. Il Sacro Eremo, fondato da San Romualdo nei primi anni dell'XI secolo, è la casa madre della Congregazione Benedettina dei Camaldolesi. Visita dell'Eremo e del Monastero vicino con il chiostro romano, la chiesa con le opere di Giorgio Vasari e l'antica Farmacia dei monaci del 1450. Proseguimento verso La Verna e pranzo in foresteria. Visita del Santuario, questo sorge sotto la sommità del monte donato nel 1213 da Orlando dei Cattani di Chiusi a San Francesco. Entrando dal retro del convento si perviene in un piazzale dove si affacciano la chiesetta di S. Maria degli Angeli del 1216 arricchita da terrecotte robbiane e la chiesa Maggiore o Basilica del XIV-XV secolo. La basilica ha interni rinascimentali arricchiti da terrecotte di Andrea Della Robbia. Nel pavimento una pietra coperta da vetro segna il punto dove S. Francesco ricevette le stigmate. Partenza per il rientro. Arrivo in serata.

