



| | |
|-------------------|--|
| ESCURSIONE | DATA: domenica 7 novembre 2021 |
| | REGIONE: Umbria |
| | ORGANIZZAZIONE: CAI Sezione di Ascoli Piceno; Gruppo Cicloescursionistico SlowBike. |
| | DENOMINAZIONE: Norcia / Castelluccio (A/R) - (SICAI MTB) |
| | IMPEGNO FISICO: lunghezza 42 km / dislivello 1800 m |
| | DIFFICOLTÀ TECNICA: MC/BC <p>La doppia sigla MC/BC si riferisce alla "Scala delle difficoltà" del CAI del percorso e indica, rispettivamente, la difficoltà in salita/discesa. In questo caso: salita di media difficoltà tecnica, su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole; discesa per cicloescursionisti di buone capacità tecniche con percorso su sterrate molto sconnesse o su mulattiere e sentieri dal fondo piuttosto sconnesso ma abbastanza scorrevole oppure compatto ma irregolare, con qualche ostacolo naturale (per es. gradini di roccia o radici).</p> |
| | DIREZIONE: A. Federici (Resp. attuazione misure anti Covid) – O. Firmani |
| ORARI | RITROVO: Norcia; parcheggio Porta Massari/Porta Orientale |
| | INIZIO ESCURSIONE: 08:00 (ritrovo ore 7:45) |
| | DURATA: 6.00 – escluse soste |



COSTI: Soci CAI € 3 - Non soci € 12.

MODALITÀ: entro le ore 20 di Venerdì 05/11 gli interessati dovranno:

- Leggere scrupolosamente ed attenersi a quanto contenuto in [note operative partecipanti](#) e [autocertificazione](#) - documenti scaricabili dal sito www.slowbikeap.it (home page, panel escursioni).
- Inviare richiesta preventiva esclusivamente via email a segreteria@slowbikeap.it indicando dati anagrafici con data di nascita, recapiti e sezione di appartenenza.

ISCRIZIONE E NORME ANTICONTAGIO:

La conferma di avvenuta iscrizione avverrà da parte degli organizzatori sempre via e-mail. I partecipanti confermati dovranno obbligatoriamente avere con sé gel disinfettante e mascherina da utilizzare secondo le citate note operative - che esplicitano anche i criteri fondamentali per l'ammissione all'escursione e le regole di svolgimento della stessa. Prima della partenza i partecipanti medesimi dovranno consegnare il Modello di Autocertificazione all'Accompagnatore Responsabile per l'attuazione delle misure contro il contagio. E' richiesto il green pass.

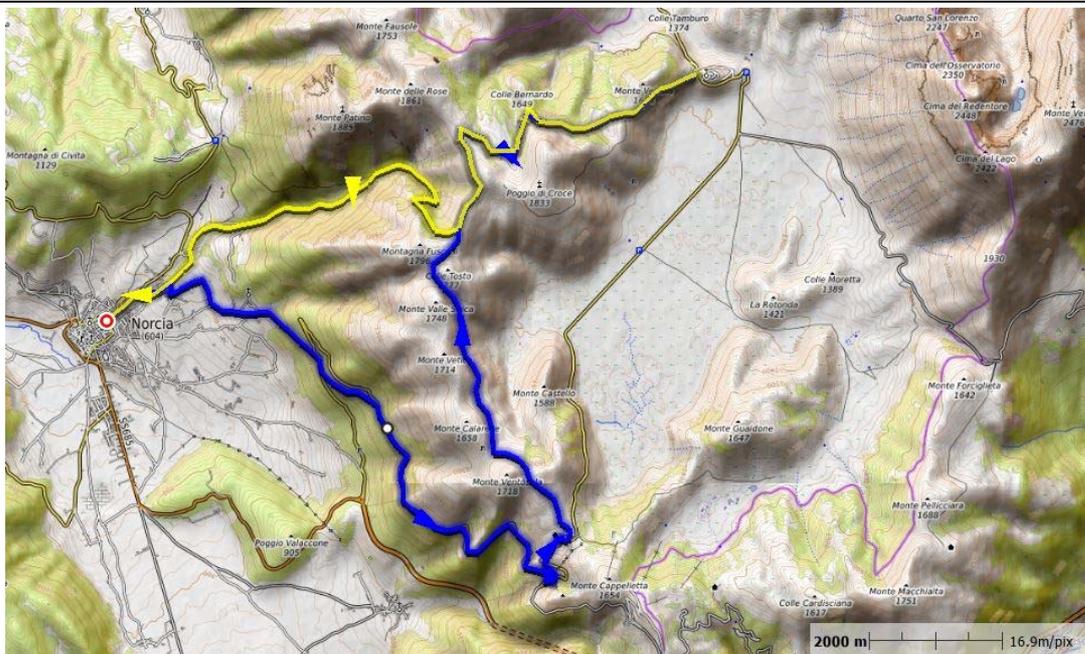
Si raccomanda di indossare abbigliamento tecnico idoneo al tipo di attività, alle previsioni meteo, all'ambiente in cui ci si troverà e di avere con sé sufficienti scorte di acqua e cibo. È necessario **NOTE:** disporre della dotazione minima per ovviare a piccoli inconvenienti meccanici (camera d'aria, pompa, chiave multi uso ecc.). È indispensabile una preventiva verifica meccanica e messa a punto della bici.

È obbligatorio l'uso del casco che va indossato e tenuto allacciato per tutta la durata dell'escursione.

**SVILUPPO
 ALTIMETRICO:**



TRACCIA:



**DESCRIZIONE
 SINTETICA:**

L'escursione ricalca all'andata il tracciato **SI-C N04-B** del [Sentiero Italia CAI Cicloescursionistico](#), e al ritorno il tracciato **SI-C N04-A**.
 Da Norcia si percorrono inizialmente strade secondarie sino ad incrociare la S.P. 477 che sale verso Forca Canapine. La si segue sino al rifugio Perugia da dove si percorre la cresta occidentale che corona l'altopiano sino a scendere verso Castelluccio. Dal rifugio Perugia è prevista la possibilità di raggiungere Castelluccio percorrendo la strada asfaltata. Dopo una meritata sosta, si ripercorre in salita il tratto di carrareccia sino alla sella in prossimità di Monte delle Rose, da dove si riprende la panoramica cresta sino alla sella di Montagna Fusconi. Da qui inizia un impegnativo single-track che scende nella Valle di Patino, dove si incrocia il SICAI escursionistico, continuando a scendere per ripidi sentieri verso Norcia.

**LETTURA DEL
 PAESAGGIO**

Note tratte dalla relazione del sito del SICAI-MTB che segnaliamo per le ricche informazioni disponibili, sia per le tappe escursionistiche che per quelle cicloescursionistiche .
https://sentieroitaliamappe.cai.it/index.php/view/map/?repository=sicaipubblico&project=SICAI_Pubblico
"Castelluccio domina l'omonimo altopiano carsico. Famoso per lo spettacolo della fioritura della lenticchia (IGP) e di altre piante che ogni anno, tra la fine di Giugno e Luglio, richiama tantissimi turisti con i suoi colori divenuti anche una delle immagini più conosciute dell'Umbria. Suggestiva la webcam che incornicia Castelluccio e la piana sullo sfondo del Vettore e del Parco nazionale dei Monti Sibillini. Le tracce umane iniziano con la pastorizia e la transumanza appenninica, attività dalla quali iniziò anche quell'opera di disboscamento delle faggete che oggi rende questi monti spogli seppure con un diverso e non meno suggestivo fascino."