

Tabella Tecnica

Tipologia :	WeekEnd
Dislivello :	vedi programma mt
Ore :	vedi programma ore
Difficoltà :	T
Lunghezza :	vedi programma km
Accompagnatore 1:	Maffezzoli
Accompagnatore 2:	Rosati



Il ponte tibetano di Sellano è un'opera ingegneristica che unisce Sellano alla frazione di Montesanto e che ha il primato di essere, con i suoi 175 m di altezza per una lunghezza di 517, il ponte sospeso più alto d'Europa insieme al ponte tibetano di Arouca, in Portogallo con 516 metri di lunghezza. La caratteristica distintiva del ponte è la salita, infatti, presenta un dislivello positivo di 68 mt a pedata discontinua (ovvero tra uno scalino ed il successivo c'è il vuoto), è composto da oltre mille scalini e richiede un tempo di percorrenza che va dai 30 ai 40 minuti. È sospeso sopra la valle del fiume Vigi e presenta un panorama mozzafiato.

E' un percorso che si effettua imbragati con imbraghi forniti dal personale. Non ci sono pericoli, è percorribile da chiunque non soffra di vertigini, ma proprio perché in massima sicurezza può essere una buona occasione per vincere la paura del vuoto

Approfittiamo dell'occasione dataci dal Ponte Tibetano per aggiungere anche una visita alla bellissima Spoleto, dove arriveremo sabato mattina, e dove ci concederemo un trekking facile e ricco di suggestivi scorci per poi godere delle principali attrazioni della città prima del rientro nel nostro Hotel 4*, situato in pieno centro di Spoleto, per la cena ed il meritato riposo

foto copertina by visitsellano.it

ACCOMPAGNATORI:

Danilo Rosati 335.1330303
Manlio Maffezzoli 335.6420600

COSTO: 190,00 euro a persona

Il costo comprende:

- Una notte in Hotel 4* in centro a Spoleto in camera doppia/tripla (supplemento singola 45€ al giorno, solo 2 disponibili)
- Una colazione in Hotel
- Una cena in Hotel (primo, secondo con contorno, dessert, vino della casa e acqua minerale incluso)
- Il costo del biglietto per il Ponte Tibetano
- L'organizzazione dell'intero evento
- L'assistenza completa di almeno 2 accompagnatori Startrek per tutta la durata dell'evento

Il costo non comprende:

- spese di viaggio
- tassa di soggiorno
- eventuali costi parcheggio auto
- tutto quanto non previsto alla voce "La quota comprende".

PROGRAMMA:

SABATO: SPOLETO

Appuntamento ore 10:00 a Spoleto

Arrivati a Spoleto iniziamo il nostro trekking lungo il Giro dei Condotti che rappresenta una piacevole scoperta per chi ha voglia di avventurarsi in sentieri immersi nella natura. Detto anche "Strada Bianca", è un sentiero pedonale montano quasi interamente pianeggiante che accompagna il viandante attraverso un itinerario ricco di suggestivi scorci di Spoleto e in particolar modo di due delle sue principali attrazioni: la Rocca Albornoziana ed il Ponte delle Torri.

Costeggiando le ripide pendici del Monteluco il percorso fronteggia il colle S. Elia ed è così chiamato per le numerose condutture di raccolta dell'acqua piovana nelle vicinanze.

Oltre alle bellezze naturali, il Sentiero permette di visitare antichi edifici religiosi e romitori legati al movimento eremitico.

Una volta superato il vecchio monastero di Santa Maria inter Angelos il sentiero ridiscende a valle verso Spoleto, dove concluderemo il nostro tour visitando alcune delle sue attrazioni di interesse storico, come il Duomo, la Rocca Albornoziana e le Chiese di San Salvatore, San Ponziano e la Basilica di San Pietro.

DATI TECNICI ESCURSIONE:

- Lunghezza: 6 km + passeggiata a Spoleto
- Durata: 3 ore circa
- Dislivello: 200 m
- Difficoltà T

DOMENICA: SELLANO, IL PONTE TIBETANO e il SENTIERO delle CASCATE

Sellano vanta una storia ricca che si perde nei meandri del tempo. Le prime tracce della sua esistenza risalgono all'età romana. L'attuale connotazione del borgo risale all'epoca tardo-medievale, quando il borgo fu costruito lungo il percorso che a piedi collegava la Valnerina con Foligno. Le stradine lastricate, le case di pietra dalle facciate ingioiellate e le piccole piazze raccontano storie di commercio, vita comunitaria e tradizioni tramandate di generazione in generazione.

Il trekking parte con l'inizio del Ponte Tibetano che ci porta, in 30-40 minuti, direttamente al paese di Montesanto, che merita una visita per il suo Castello, la piccola Chiesa di Santa Lucia e la Cappella della Madonna della porta, l'antica Rocca e i vari Palazzi di epoche che vanno dal IV al VII secolo. Si prosegue quindi verso la valle fino a giungere al lago di Vigi dove potremo fermarci per una sosta. Il cammino continua in falsopiano per raggiungere la cascata delle Rote, uno stretto salto d'acqua di diversi metri scavato in migliaia di anni dal continuo scorrere delle acque. Si risale quindi verso Sellano per un giro turistico del paese, si recuperano poi le auto per tornare verso le destinazioni di provenienza

DATI TECNICI ESCURSIONE:

- Lunghezza: 9 km
- Durata: 4 ore circa
- Dislivello: 300 m
- Difficoltà T

APPUNTAMENTI:

Appuntamento ore 10:00 a Spoleto, Chiesa di San Pietro extra moenia, Località La Costa

<https://maps.app.goo.gl/cbtyFCA4LktxNZV59>

Faremo il possibile per organizzare auto condivise da Roma per condividere i costi di viaggio, comunicate agli accompagnatori se avete bisogno di un passaggio o se date disponibilità per ospitare altri passeggeri

PRENOTAZIONI: E' possibile prenotare la propria partecipazione direttamente online, sul sito <https://www.starttrekk.it>

In fase di prenotazione indicare anche eventuali intolleranze alimentari o richieste diverse. Per eventuali richieste aggiuntive o semplici richieste di informazione fare sempre riferimento a info@starttrekk.it o agli accompagnatori via whatsapp o telefono

E' richiesto il versamento di un acconto di euro 90,00 sull'iban: IT61Z0306967684510724312088 intestato a STARTREKK, Causale "Ponte Tibetano nome e cognome"

POLITICA DI CANCELLAZIONE:

Entro 30 giorni dalla partenza l'acconto verrà restituito, trascorsi i 30 giorni sarà cura del partecipante trovare una sostituzione, per non perdere quanto versato.

Possibilità di attivare l'opzione "Cancellazione Flessibile" al costo di 99,00 euro a persona, da aggiungere al prezzo finale.

Sottoscrivendo tale opzione verrà garantita la restituzione di quanto versato entro 7 gg dalla partenza. Per informazioni su tale possibilità, scrivi a info@starttrekk.it

COSA PORTARE:

Scarponcini da trekking (no scarpe da ginnastica), bastoncini telescopici, giacca a vento o mantellina antipioggia, occhiali da sole, crema protettiva vento e sole, stick per labbra, sacchetti per rifiuti, costume da bagno e asciugamano, felpa e berretto. Importante dotarsi di una scorta d'acqua personale (non sempre i punti di rifornimento sono frequenti) e del pranzo al sacco per il primo giorno.

N.B. L'attività proposta potrà subire cambiamenti a discrezione degli accompagnatori, per ragioni di sicurezza e di opportunità. Pertanto, ogni partecipante è tenuto a rispettare le modalità di partecipazione stabilite dagli accompagnatori, seguendo le loro indicazioni. In caso contrario verrà meno il rapporto di affidamento e, quindi, l'eventuale responsabilità verso chi sceglie percorsi, o modalità differenti da quelle indicate. I partecipanti sono tenuti ad essere preparati fisicamente e tecnicamente, nonché ad essere equipaggiati con abbigliamento e attrezzature adeguate alle esigenze dell'escursione programmata.

Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento.

Tessera Federtrek 15,00 euro (5 euro per gli under 18), con possibilità di farla il primo giorno.
Per velocizzare le operazioni di emissione della tessera scarica il modulo che trovi sul nostro sito www.startrekk.it e portalo con te compilato e firmato