

## **DALLE SORGENTI DEL PO AL MONBRACCO - Venerdì 7 luglio - domenica 9 luglio 2017**

### **PROGRAMMA**

#### **VENERDI 7 luglio**

Ore 6.00 Ritrovo dei partecipanti nel piazzale antistante il bar-rist. - self-service WINNER in via Gran Sasso a Foligno.

Ore 6.15 Partenza con mezzi propri per REVELLO (CN) *(Con l'autostrada A6 uscire al casello di Marene, imboccare la strada statale 662 fino a Saluzzo e proseguire per l'Abbazia di Staffarda circa 10 km).*

Ore 15.00 Arrivo all' ABBAZIA DI S.MARIA STAFFARDA inizio visita 15.30 circa.

Ore 17.00 partenza per Crissolo (CN) e arrivo a Crissolo presso Albergo Clup Alpino per cena e pernottamento. *(visita al paese di Crissolo libera)*

#### **SABATO 8 luglio**

Ore 7.00 Colazione in Albergo.

Ore 7.30 Partenza escursione verso il Pian della Regina e poi al Pian del Re - Alle sorgenti del Po

Ore 8.15 arrivo al Pian del Re e partenza escursione "giro dei laghi" itinerario ad anello di 3 e mezza escluso soste con dislivello di 300m in salita e 300m in discesa.

Ore 17.00 rientro a Crissolo in albergo per cena e pernottamento.

*(per chi vuole, visita ad Ostanta, uno dei Borghi più belli d'Italia - 20' da Crissolo)*

#### **DOMENICA 9 luglio**

Ore 8.00 Colazione in Albergo.

Ore 8.30 Partenza escursione al castello della Manta visita del castello (presidio FAI)

Ore 11.00 partenza per visita centro storico di Saluzzo – pranzo libero

Ore 15.00 partenza per Foligno.

Ore 21.00 Arrivo a Foligno.

*ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA: abbigliamento da montagna tecnico, zaino, scarponi ben rodati, giacca impermeabile, pile, cappello, bastoncini da escursionismo, occhiali da sole, borraccia e crema solare. Sono consigliati il binocolo e/o la macchina fotografica.*

*AVVERTENZE: Il programma potrebbe subire variazioni a giudizio degli organizzatori*

#### **QUOTA: € 120 pro-capite (massimo 18 posti)**

**La quota comprende 2 giorni con trattamento di mezza pensione.**

**La quota non comprende:**

- **Spese di trasporto e spostamento.**
- **I pranzi al sacco durante le escursioni.**
- **Le bevande ai pasti.**
- **Eventuali parcheggi e ingressi ai siti da visitare.**
- **Tutto quanto non contemplato alla voce "la quota comprende".**

Le prenotazioni si accettano solo per e-mail **entro il 7 giugno versamento caparra € 50/00** (per prenotazione alle strutture ricettive) ai referenti sotto indicati e comunque fino al raggiungimento dei 18 posti disponibili. Se i posti disponibili saranno esauriti, sarà allestita una lista alla quale si attingerà in base alle eventuali rinunce e/o diversa organizzazione.

**Saldo € 70/00 entro il 20 giugno** ai referenti sopra indicati.

*L'escursione è riservata ai soli soci (i non tesserati possono partecipare iscrivendosi alla FIE al costo di € 28,00/adulti €20/giovani)*

#### **INFO e PRENOTAZIONI:**

Acc. Esc. F.I.E. Olga Pinca

e-mail: [olgapinca@libero.it](mailto:olgapinca@libero.it) tel. 328.0073430

Acc. Esc. F.I.E. Ugo Nardi

e-mail: [ugo.nardi@gmail.com](mailto:ugo.nardi@gmail.com) tel. 347.8312836

## I LUOGHI DEL VIAGGIO

**IL RE DI PIETRA DI QUESTA TERRA È LUI: IL MONVISO** - il monte più cantato da Virgilio e poi da Dante, considerato dai Romani il tetto del mondo. Un re dal profilo familiare, una piramide perfetta che si staglia nel cielo tra le cime delle Alpi Cozie e si impone come punto di riferimento dalla pianura del Po. Con i suoi 3841 m rappresenta la vetta più alta protesa verso le nuvole nella catena montuosa che discende verso il mare insieme al Po, attraverso le mille sfaccettature del territorio ricco e variegato delle valli del Monviso.

### ABBAZIA DI SMARIA STAFFARDA

Fondata tra il 1122 ed il 1138 sul territorio dell'antico Marchesato di Saluzzo, l'Abbazia benedettina cistercense aveva raggiunto in pochi decenni una notevole importanza economica quale luogo di raccolta, trasformazione e scambio dei prodotti delle campagne circostanti, rese fertili dai monaci con estese e complesse opere di bonifica. Del complesso abbaziale si apprezzano in particolare la Chiesa, con il Polittico di Pascale Oddone e il gruppo ligneo cinquecentesco della Crocifissione, il Chiostro, il Refettorio, la Sala Capitolare, la Foresteria ed il cosiddetto "concentrico" di Staffarda, ossia il borgo, che conserva tuttora le storiche strutture architettoniche funzionali all'attività agricola, come il mercato coperto e le cascine.

### CRISSOLO

Piccolo comune alla testata della valle Po e alle spalle del Monbracco, punto di partenza per raggiungere il primo pianoro verso il Monviso, noto come Pian della Regina a circa 1700 m per arrivare fino al Pian del Re, 2.020 m, partenza dei sentieri in quota sul "Gigante di Pietra" come viene chiamato il Monviso  
(\* *il parcheggio al Pian del Re è a pagamento, molti optano per lasciare la macchina al Pian Regina e percorrere a piedi il sentiero che in circa 40 minuti porta a Pian del Re*)

**IL GIRO DEI LAGHI.** è un itinerario ad anello; la quota più bassa è 2.020, Pian del Re, punto di partenza, e la quota più alta si avvicina ai 2.400m.; il dislivello non è quindi eccessivo, la gita si compie in circa 3 ore e mezza (senza le soste) particolarmente apprezzata proprio per i laghi che si possono ammirare, il Fiorenza, il Chiaretto e i laghi Superiori. Le acque del lago Chiaretto hanno un colore particolare, originale e curioso: chiaro e lattiginoso, è dovuto al fatto che viene alimentato dallo scioglimento dei ghiacci di alta quota.

### OSTANA

Uno dei Borghi più belli d'Italia. Ostana posto a 1200m, offre un panorama estremamente suggestivo sulla catena del Monviso e sul fondovalle; composto da molte borgate, collegate tra di loro da sentieri piacevoli da percorrere, corredati da bacheche informative su storia, cultura, oltre al paesaggio, si apprezza lo stile architettonico montano e l'accuratezza delle ristrutturazioni fedeli a stile e materiali di un tempo.

### SALUZZO

Esempio di architettura medievale piemontese conserva, stretta nel circuito delle antiche mura, le caratteristiche di diverse epoche. Capitale per ben quattro secoli di un marchesato indipendente, le numerose testimonianze del suo nobile e ricco passato ne confermano il ruolo di città d'arte. Tutt'oggi la cittadina svolge una fondamentale funzione di riferimento di servizi ai comuni circostanti, fiere e manifestazioni a carattere artistico, culturale, ortofrutticolo ed enogastronomico; la città ha dato i natali a molte personalità, una per tutte lo scrittore Silvio Pellico (XIX secolo).

### CASTELLO DELLA MANTA

Affascinante fortezza medievale incorniciata dalle Alpi del cuneese che rendono questo Castello misterioso e affascinante, trasformata nei secoli in palazzo signorile dalla nobile **famiglia dei Saluzzo** della Manta. Un parco boscoso conduce negli splendidi interni che si sviluppano tra grottesche e gallerie decorate. Il cuore della dimora custodisce nel Salone baronale una delle più stupefacenti testimonianze della pittura del gotico internazionale, considerati fra i più importanti d'Europa, dove nove eroi e nove eroine vegliano da oltre seicento anni all'ombra della **fonte della giovinezza**.

*Distanze di percorrenza di riferimento:*

- *in auto: Foligno/ Revello (CN) 6h,30 Escluso soste - Staffarda / Crissolo 47' - Crissolo / Ostana 20' - Crissolo / Saluzzo 50' - Saluzzo/ Manta 15' - Crissolo / Pian del Re 25'*
- *a piedi: Pian della Regina / Pian del Re 40'*

(fonti: siti internet)