

# F.I.E. Foligno Valle Umbra Trekking

Aula Verde Altolina, via Trinità, 1 – Pale di Foligno 06030 PG Cell. 3313685377

Sito Internet: [www.fiefoligno.it](http://www.fiefoligno.it) - E/MAIL [info@fiefoligno.it](mailto:info@fiefoligno.it)

FACEBOOK: FIE FOLIGNO VALLE UMBRA TREKKING

## MONTE CUCCO E LA SUA GROTTA

Domenica 11 marzo 2018

Partendo dalla località di Pian di Monte (1.197 mt. s.l.m.), dove prenderemo contatti con le guide speleologiche del posto e dove verrà consegnato a ciascun partecipante il caschetto protettivo, inizieremo il nostro cammino lungo il sentiero, di circa 1.800 mt., che ci condurrà sino all'ingresso Est della grotta a quota 1.390 mt. s.l.m.. Entreremo attraverso il Pozzo Miliani con una profondità di 27 mt., attrezzato con scala metallica. Da qui, attraverso un percorso interno su terra, scale e passerelle in acciaio, si visiteranno in successione: la Cattedrale, la Sala Margherita, la Sala del Becco, la Sala delle Fontane e, attraverso un suggestivo passaggio segreto, la Sala Terminale. Durata orientativa del percorso all'interno della grotta circa 1 ora e 30 minuti. Risaliremo sul versante Nord, attraverso un pozzo profondo 8 mt. e attrezzato anch'esso con scala metallica. Da qui faremo ritorno a Pian di Monte, ripercorrendo la grotta nel senso inverso, o su sentiero esterno scegliendo, al momento, le due opportunità (in base al tempo meteorologico). Fuori dalla grotta, si potrà percorrere a semicerchio il lato ovest del monte, o salire sino alla vetta, facendo un attraversamento in quota (1.566 mt.), per ridiscendere successivamente al punto di partenza. Sperando di non trovare banchi di nebbia, si potrà ammirare uno spettacolare panorama sugli Appennini e, nelle giornate più limpide, anche del Mare Mediterraneo.

Il percorso all'interno della grotta e lungo il sentiero esterno, non presenta particolari difficoltà. L'accesso in grotta è consentito dagli 8 anni in poi.

### PERCORSO:

Lunghezza all'interno della grotta 800 mt. circa. Lunghezza percorso esterno 4 km. circa;

Temperatura interno grotta 6 °C, umidità 100%;

Tempi percorrenza intero percorso (interno/esterno) 4:30/5 ore escluse soste varie;

Difficoltà: (E)

Dislivello interno: qualche decina di metri – dislivello esterno: ascesa + 250 mt. discesa -330 mt. circa.

### PROGRAMMA:

ore 07:00 ritrovo piazzale Winner

ore 07:15 partenza per Sigillo con propri mezzi

ore 09:30 inizio escursione

ore 14:30 circa termine escursione e ritorno a Foligno..

### ATTREZZATURA NECESSARIA:

Abbigliamento da montagna (vestirsi a strati), scarponi ben rodati, giacca a vento o kway, cappello, guanti, borraccia d'acqua, pranzo al sacco, bastoncini trekking per il percorso esterno.

Costo ingresso ridotto alla grotta (traversata) con guide speleologiche: **EURO 18** (si paga in loco).

Prenotazioni entro **VENERDI' 09 MARZO 2018** agli accompagnatori referenti:

G.A.E. e A.EN. FIE Biagio Nalli cell. 347-2541218 – A.E.R. FIE Pierangelo Silveri cell. 331-3685377

LE USCITE SONO APERTE AI SOLI TESSERATI F.I.E. PER L'ANNO IN CORSO. ECCEZIONALMENTE, PER COLORO CHE DESIDERINO FARE UNA PRIMA ESCURSIONE DI PROVA CON L'ASSOCIAZIONE, POSSONO PARTECIPARE VERSANDO LA QUOTA DI 5 EURO PER LA COPERTURA ASSICURATIVA GIORNALIERA E COMUNICANDO, ALMENO IL GIORNO PRECEDENTE L'USCITA, IL PROPRIO NOME, COGNOME, LUOGO E DATA DI NASCITA ALL'ACCOMPAGNATORE REFERENTE. SONO ESCLUSE LE USCITE DI PIU'GIORNI E QUELLE ORGANIZZATE IN PULLMAN. E'IMPORTANTE, SOPRATTUTTO ALLE PRIME ESPERIENZE ESCURSIONISTICHE, CONFRONTARSI E CHIEDERE QUALSIASI DELUCIDAZIONE ALL'ACCOMPAGNATORE, COMUNICANDO EVENTUALI PROBLEMATICHE DI QUALSIASI NATURA. PER LA PARTECIPAZIONE ALLE USCITE, AI FINI DELLA SICUREZZA PERSONALE, E'RICHIESTO ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA IDONEA DESCRITTA ALLA VOCE "ATTREZZATURA NECESSARIA". PER RAGIONI TECNICHE, CLIMATICHE O DI ALTRA NATURA, LE ESCURSIONI POTRANNO ESSERE ANNULLATE O SUBIRE VARIAZIONI AD INSINDACABILE DECISIONE DEGLI ACCOMPAGNATORI.