



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DI SPOLETO



CICLOESCURSIONISMO

DOMENICA 16 GIUGNO 2019

COLFIORITO – MONTE CAVALLO

Intersezionale CAI Foligno

Ritrovo e partenza per la cicloescursione: L'appuntamento per tutti i partecipanti è alle ore **08.30** presso le casermette di **Colfiorito**. I partecipanti dovranno raggiungere il luogo di ritrovo con mezzi propri.

Rientro a Spoleto: ore **13.45** circa

Accompagnatori: M.Simeoni 347.9127764



Descrizione: Cicloescursione ad anello, si parte dalla località di Colfiorito per arrivare all'abitato di Cesi; la strada diventa una carrareccia che si inerpica prima alle pendici del M. La Croce e successivamente a quelle del M.Birbo, con un susseguirsi di panorami; si arriva ai prati sommitali dove si aprono vedute a 360°. Dopo un ripido pendio erboso in discesa, si attraverseranno i paesi di Collattoni, Cascina e Selvapiana, per addentrarsi poi nella Valcadara dove si potrà ammirare la caratteristica sorgente omonima Le Vene. Da qui inizia un piccolo anello con un single track abbastanza tecnico fino alla chiesa di S.Niccolò, posta su un'altura, per poi tornare alle Vene tramite la carrareccia sottostante. Si percorrerà poi la valle in senso inverso fino ad incrociare la sterrata che in discesa ci riporterà a Colfiorito passando per Taverne.

Lunghezza: 38 Km

Dislivello: 900 m

Tempo percorrenza: 4.00 ore circa (soste escluse)

Difficoltà*: Salita MC / Discesa MC

*MC (per cicloescursionisti di media capacità tecnica) percorso su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo prevalentemente compatto e scorrevole. La doppia sigla MC/MC si riferisce alla "Scala delle difficoltà" del percorso (in conformità a quanto indicato dal Gruppo di Lavoro CCE Ciclo-escursionismo CAI) e indica, rispettivamente, la difficoltà in salita/discesa.

Equipaggiamento: - Si raccomanda di indossare abbigliamento idoneo al tipo di attività ed all'ambiente in cui ci si troverà e di avere con sé sufficienti scorte di acqua e cibo. È necessario portare una minima dotazione per ovviare a piccoli inconvenienti meccanici (camera d'aria, pompa, chiave multiuso ecc.). **E' obbligatorio l'uso del casco** che va indossato e tenuto allacciato per tutta la durata dell'escursione.

Info e Iscrizioni: Contattare direttamente gli accompagnatori. L'escursione è aperta a tutti i soci CAI, ed ai non soci purché assicurati (quest'ultimi devono presentarsi obbligatoriamente in sede **Venerdì 14 Giugno** e saranno assicurati previo versamento di una quota minima).