



**Club Alpino Italiano
Sezione Ligure
Commissione Escursionismo**

Trekking Lago Trasimeno

Mercoledì 1, giovedì 2, Venerdì 3, sabato 4 e domenica 5 giugno 2022

Direttori Escursione: Nicoletta Callà, cell. 3396885710
Giacomo Bruzzo, cell. 3472328593

Responsabili Covid: Umberto Bonalumi, cell. 3358256721
Pietro Nieddu, cell. 3803186370

Panoramico, facile ed interessante trekking intorno al lago Trasimeno che, avendo una superficie di circa 128 km², è il lago più esteso dell'Italia centrale.

Abbigliamento da normale escursionismo adeguato alla stagione, scarponcini, bastoncini, ecc.

Primo giorno Mercoledì 1 giugno – Visita cittadine di Cortona

Ore 7, raduno dei partecipanti in piazza della Vittoria lato caravelle.

Ore 7,15 partenza con autovetture private.

Percorso stradale Da Genova: Corso Europa e casello di Genova Nerva autostrada A 12 Genova-Livorno.

Raccordo A11 Lucca Firenze. A Firenze si prende il raccordo per A1 autostrada del Sole in direzione Roma.

Uscita da A1 al casello di Val di Chiana. Si percorre la SP 327 in direzione Lago Trasimeno. Poco prima di giungere al lago si gira a sinistra sulla SR 71 per Cortona con arrivo previsto per le ore 11-11,30.

Cortona è una cittadina in provincia di Arezzo di antiche origine etrusche, e con tracce dell'epoca romana e ricca di vestigie medioevali. Interessantissimo il centro storico conservato quasi intatto.

Da non perdere nella centralissima Piazza della Repubblica sul lato est il **Palazzo Comunale** risalente a 14° secolo con la sua caratteristica torre con l'orologio eretta nel cinquecento oggi simboli di Cortona. La torre campanaria fu costruita assieme all'imponente scala di accesso al palazzo. Sempre nella piazza troviamo il **Palazzo del Capitano del Popolo**, (il più alto della piazza) splendido edificio adibito a residenza del cardinale Passerini nel XVI secolo. Ci spostiamo nella comunicante Piazza Signorelli, dove risiede il **Palazzo Casali (XVI sec)**, A destra di Palazzo Casali si erge il **Teatro Signorelli** (XIX secolo), in stile neoclassico, arricchito da un bellissimo loggiato a sette arcate. Nella parte sud est di Cortona troviamo Piazza Garibaldi: dove al suo centro è collocato l'obelisco dedicato a Giuseppe Garibaldi, da qui si gode di un unico panorama sulla Val di Chiana che arriva a scrutare i bordi dell'Umbria ove si scorge il Lago Trasimeno, Montepulciano e, nelle giornate più chiare, il monte Amiata. Durante la visita al centro storico di Cortona pranzo libero o al sacco. Alle ore 17 ripartenza con le auto verso Passignano al Trasimeno con arrivo previsto all'Hotel Cavalieri per le 17,30.

Sistemazioni negli alloggi e cena di gruppo in un locale della zona.

| |
|--|
| Secondo giorno Giovedì 2 giugno – mattino: Passignano Poggio Belvedere – pomeriggio visite alle isole del Trasimeno |
|--|

ore 8 colazione ore 9 partenza direttamente a piedi dall'albergo

Mattino - escursione; Passignano - Poggio Belvedere

Il punto di partenza di questo itinerario è rappresentato dalla **piazza centrale di Passignano**, nelle vicinanze del Municipio. Si consiglia una passeggiata nel centro e di prendere la scalinata che porta al borgo storico. Si esce dal borgo verso l'alto prendendo l'**Itinerario 50** e poi, seguendo la segnaletica, una strada bianca che va verso **Le Masse**. La passeggiata mostra da subito grandi panorami verso il lago. Arrivati all'agglomerato delle Masse, con la villa dal color rosa antico e la chiesa, si continua diritto costeggiando in leggera discesa la villa padronale e si attraversano campi in pianura ed in leggera salita per raggiungere fra gli olivi le case della zona di **Cerqueto**. Da lì si prosegue fino ad arrivare a un piccolo gruppo di case intorno alla bella chiesa di **San Donato**, in posizione strategica e panoramica sul lago Trasimeno. Si consiglia la sosta per una breve visita. Si torna un po' indietro, si costeggiano alcuni casali e si arriva alla villa padronale della **Martinella** ornata da notevoli esemplari arborei e quindi all'ampia strada imbrecciata con viale di cipressi. Da qui si prosegue salendo nel bosco e, dopo aver compiuto alcuni tornanti, si costeggia un primo casale sulla destra e si arriva a un secondo casale ristrutturato che svolge attività di ristorazione, in posizione panoramica sul lago. Si continua la salita per la strada in terra sempre ornata sulla destra da un viale di cipressi che, dopo alcuni tornanti nel bosco, incontra in cima la strada **Trecine - La Cima**, all'altezza di **Torre Civitella** (607 m). L'ampia strada di crinale permette di ammirare una delle viste più belle su tutto il territorio del Trasimeno. Poi si prende a scendere avendo davanti il caratteristico toppo conico dove si trovano le rovine del **Monte Ruffiano**. Riattraversando in parte su percorsi nuovi in parte su tratti già fatti le zone di San Donato, La Martinella, Cerqueto e Le Masse si torna a Passignano. L'itinerario è lungo circa 11,5. Ritorno a Passignano previsto per le 13,30

Punto di partenza: Passignano Tempo: 02:50 h Lunghezza: 11.62 km ;
dislivello : m.350 (la salita) Grado di difficoltà: E/T

Pomeriggio – Visita alle isole : Maggiore e Polvese (compatibilmente con gli orari dei battelli)

ore 14,15 imbarco su battello per l'**Isola Maggiore** con un percorso di circa 30 minuti ed attraversamento del lago con soste a **Tuoro al Trasimeno e Castiglione del Lago**.

L'isola è ricca di arte e cultura, grazie alle tante piccole chiese e i resti romani che la caratterizzano. Fu anche cara a San Francesco, che nel 1211 vi trascorse i 40 giorni di Quaresima. Si arriva ad un antico villaggio di pescatori, con edifici risalenti al XIV-XV secolo. Si prosegue a sinistra per via Guglielmi da cui inizia la passeggiata sul lungolago. Sul percorso si potrà ammirare la chiesa romanica di San Salvatore. Proseguendo verso l'interno dell'isola, merita una visita la chiesa di **San Michele Arcangelo**, costruita in stile gotico e ricca di affreschi. Scendendo si incontra la **Cappella di San Francesco** dove, secondo la tradizione, il santo si fermò a riposare. Proseguendo verso sud si passa accanto a **Villa Guglielmi**, dove agli inizi del '900 Elena Guglielmi creò un laboratorio di merletti, che da allora diventarono un prodotto tipico dell'isola.

Compatibilmente con gli orari e le coincidenze dei battelli verrà effettuata la visita all'isola **Polvese**. Ritorno a Passignano (battelli dall'Isola Maggiore per Passignano ore 18,10-19,15)

Cena a Passignano

Terzo giorno - Venerdì 3 giugno – Visita alla città di Perugia

Ore 7,30 colazione – ore 8,30 partenza per Perugia.(km 30 circa).

Accesso: Prendi Raccordo Autostradale 6 Bettolle-Perugia/Raccordo Autostradale A1 Perugia da Viale Roma, Via Aganoor Pompili e Via Europa. Segui Raccordo Autostradale 6 Bettolle-Perugia/Raccordo Autostradale A1 Perugia in direzione di Via Pietro Tuzi a Perugia. Prendi l'uscita verso Perugia/S.

Faustino da Raccordo Autostradale 6 Bettolle-Perugia/Raccordo Autostradale A1 Perugia. Continua su Via Pietro Tuzi. Prendi Via Settevalli, Via M. Angeloni, Via Ruggero D'Andreotto, Via S. Galigano... e Galleria Kennedy in direzione di Piazza del Pincetto.

Perugia fu città etrusca di grande importanza, come testimoniano monumenti quali **l'Arco Etrusco, la Porta Marzia, il Pozzo Etrusco**. Nel II secolo d.C. l'imperatore Ottaviano la cinse d'assedio e la conquistò dandole il nome di "**Augusta Perusia**". Dopo la caduta dell'Impero Romano la città subì numerose invasioni fino a costituirsi in libero Comune nell'XI secolo e fu in quel periodo che la città cominciò ad assumere quell'assetto urbano che ancora oggi la contraddistingue, arricchendosi di splendidi palazzi, opere scultoree e pittoriche di notevole valore. Durante questa epoca la città fu spesso divisa fra lotte civili intraprese da diverse famiglie come i *Michelotti, i Piccinino, i Fortebraccio e i Baglioni*. Questi ultimi prevalsero e dominarono fino al 1531, quando scoppiò la sanguinosa "*Guerra del Sale*", che vedeva opposti il popolo perugino e lo Stato Pontificio, che imponeva una nuova tassa. Quest'ultimo, vincendo la guerra, occupò la città ed il *Papa Paolo III Farnese*, a simbolo del dominio della Chiesa, fece costruire su progetto di *Antonio da Sangallo il Giovane*, un'imponente fortezza chiamata **Rocca Paolina**. Il potere pontificio durò incontrastato fino al 1860, quando Perugia venne a far parte del Regno d'Italia.

Arrivo previsto a Perugia per le 9-930. Si lasciano le auto presso il **Parcheggio Saba Mercato Coperto** che si trova in pieno centro o, in alternativa, nel parcheggio di **Pian di Massiano**, da dove si prende il minimetro sino al capolinea di **Pincetto** e, con un ascensore si sale al centro storico. Si inizia da **via Indipendenza**: da qui si può ammirare Perugia dall'alto e avere delle bellissime vedute d'insieme della città. Si prosegue quindi in **Piazza Italia**, ad ammirare la **Rocca Paolina**; si continua verso **Piazza IV Novembre** dove si sorge la **Fontana Maggiore**, uno dei simboli di Perugia, ma anche il duomo ossia la **Cattedrale di San Lorenzo**. Successivamente si andrà a scoprire un'altra piazza: **Piazza Danti**, in cui si può ammirare il **Pozzo Etrusco**. Per concludere la visita di Perugia, infine, si andrà a visitare la **Chiesa di San Severo**, che in molti trascurano ma è un vero tesoro per gli amanti dell'arte perchè al suo interno si possono ammirare gli **affreschi di Raffaello e Perugino**. Rientro alle auto previsto dopo le 18. Pranzo libero o al sacco, cena sempre in ristorante in località da decidere

Quarto giorno Sabato 4 giugno – Spello e trek al M. Subasio (m. 1228)

Ore 7,30 colazione – ore 8,30 partenza per Collepio frazione di Spello a circa una decina di chilometri da Spello. Distanza circa 60 km – durata viaggio circa 1 ora.

Accesso : tramite Raccordo Autostradale 6 Bettolle-Perugia/Raccordo Autostradale A1 Perugia e SS75. Uscita dalla SS75 n. 9 Cannara. Seguire la SP249 in direzione Spello superato il quale in altri 4 chilometri circa si giunge a **Collepio** dove si parcheggiano le auto.

COLLEPIO m 600 - M. SUBASIO m 1228 (bivio sentieri 50 - 57) **Sentiero CAI n. 52**
Dislivello in salita: m 628 **Dislivello in discesa:** m 628 **Lunghezza:** km 5 **Difficoltà:** E
Acqua: Collepio, Abbazia S. Silvestro (fonte non pere nne); **TEMPO TOTALE:** 4-5 ore (soste escluse)

A **Collepio** (anticamente chiamato anche Colle del Lupo o Colle Lupino) si lasciano le auto nel parcheggio sopra il paese, si segue la strada asfaltata (in direzione Assisi) che conduce alla frazione di S. Giovanni, per circa 300 m., oltrepassando una sorgente posta al di sotto del piano stradale (la **Sorgentella**). In corrispondenza della prima curva inizia, a sinistra, il sentiero che sale attraversando un bosco misto di carpino nero, orniello ed acero d'Ungheria. Nei pressi di una fonte si raggiunge il viale alberato che conduce ai resti di uno dei primi insediamenti religiosi sul **Monte Subasio**, l'**Abbazia di San Silvestro** fondata nel 523 da San Benedetto. Superati i ruderi di una vecchia torre e l'abside di una chiesa romanica il sentiero prosegue in un bosco di roverella, orniello ed acero minore. Si raggiunge il rifugio della **Caccetta** attrezzato con sedie, tavolo e camino. Si arriva sulla strada panoramica del **Monte Subasio** che si lascia dopo 30 m nelle vicinanze di una curva (quota 900 m). Si prosegue per un pascolo cespugliato arido con cotica erbosa discontinua e si raggiunge a quota 980 m il **Santuario della Madonna della Spella**, fondato nel 1080. Il nome deriva da specula che nel latino arcaico significa veduta o panorama; da qui è infatti possibile osservare il *Monte Pennino*, i *Monti Sibillini*, l'*alta valle del fiume Menotre*, il *Sasso di Pale*, il *centro abitato di Foligno*, la *valle umbra sud* ed i *Monti Martani* sullo sfondo verso ovest. Si supera l'incrocio con il sentiero 58 che si dirige a San Giovanni e con il sentiero 60 che a sinistra conduce a *Fonte Bregno* mentre a destra scende alla *Madonna di Colpernieri*. Si oltrepassa una stalla, si lascia sulla sinistra il *picco della Sermolla* per giungere sulla cima del **Monte Subasio**, a quota 1228 -meta della nostra escursione - dove termina il sentiero 52 e dove si incrocia il sentiero 50 che salendo da Fonte Bregno si dirige verso i Mortari ed il sentiero 57 che scende a San Giovanni. In questi pascoli a primavera si possono ammirare le splendide fioriture di narciso dei poeti, orchide sambucina, olmaria peperina e trifoglio montano. Qui termina il sentiero 52. Ritorno: sullo stesso itinerario della salita.

Arrivo alle auto previsto per le ore 14.30 -15. Trasferimento a **Spello** con un percorso di circa 13 chilometri (20 minuti auto) – Parcheggio a Spello e visita dello splendido paese. Cenni storici: Spello **fu fondata dagli umbri per poi essere denominata Hispellum in epoca romana**. Fu dichiarata da Cesare "*Splendidissima Colonia Julia*". I resti della cinta muraria, molto più ampia in passato di quanto possiamo ammirare oggi, attestano la grandezza che ebbe la città, così come i resti archeologici che la circondano. Breve giro nel centro storico. cena in ristorante in località da decidere

Quinto giorno Domenica 5 giugno – visita di Castiglione del Lago e ritorno a casa

Ore 7,30 colazione – ore 8,30 partenza con bagagli già nelle auto.

Accesso: Raccordo Autostradale 6 Bettolle-Perugia/Raccordo Autostradale A1 Perugia in direzione di Via Firenze/SR142 a Castiglione del Lago – circa km 20 durata viaggio circa 30 minuti. Arrivo previsto ore 9.

Castiglione del Lago, dal XVI secolo fu marchesato e poi ducato dei Della Corgna, fino al XVII secolo, quando la famiglia si estinse. Castiglione del Lago passò nei possedimenti della Chiesa fino all'Unità d'Italia nel 1860. Il centro storico del paese è circondato dalle mura medievali con le tre porte: Perugia, Senese e Fiorentina.

Una **visita a Castiglione del Lago** non può che iniziare dal **Palazzo Ducale**, anche noto come **Palazzo Corgna**, la reggia della famiglia che ha regalato prestigio al paese lacustre, voluta da *Ascanio della Corgna* nel 1563. Inizialmente concepita come residenza di campagna, il palazzo ebbe l'onore di ospitare personaggi del calibro di *Leonardo Da Vinci* e *Niccolò Machiavelli* e nasconde al suo interno splendide sale affrescate, opera tra gli altri di Pomarancio. Il palazzo è attualmente sede del comune di Castiglione.

La celebre **Rocca del Leone** è collegata al **Palazzo della Corgna** attraverso un affascinante camminamento coperto affacciato sul lago, curiosamente unico punto di accesso alla fortezza. La Rocca domina dall'alto il borgo di Castiglione del Lago e l'intero Trasimeno, e fu realizzata nel XIII secolo per volere di *Federico II di Svevia*. Si narra che il suo nome derivi dalla sua forma pentagonale ispirata alla costellazione del Leone ed è certamente uno degli scorci più belli ammirabili nel borgo. Camminando poi tra le vie del centro storico di Castiglione del Lago, è possibile coglierne l'aria genuina ed il glorioso passato, curiosando tra gli stretti vicoli ed affacciandosi alle **mura medievali** che abbracciano l'intero abitato. Il borgo è punteggiato di botteghe artigianali e locande cariche di profumi tradizionali, ed è un vero piacere scivolare tra le sue piazzette e restare sorpresi dalle prospettive che spuntano da dietro ogni angolo.

Ancora visibili sono le **porte di accesso al centro del borgo**, che sono tre: **Porta Perugia, del XIII secolo, Porta Fiorentina, risalente al XVI secolo e Porta Senese**, di origine medievale ma ricostruita nel '900. Di incredibile bellezza è anche il percorso panoramico che segue il perimetro esterno delle mura, detto il Poggio Olivato. Tra gli edifici religiosi di Castiglione, meritano una menzione sia la Chiesa di Santa Maria Maddalena, della metà dell'800, scrigno di opere di Eusebio da San Giorgio, discepolo del Perugino, e la **Chiesa di San Domenico** costruita dal duca Fulvio *Alessandro della Corgna* in ringraziamento per un miracolo ricevuto dal santo, e che ospita oggi le tombe di membri della famiglia più importante nella storia del villaggio.

Pranzo libero in ristorante locale o al sacco. Nel primo pomeriggio rientro a Genova con arrivo previsto in tarda serata. Percorso ritorno: Da Castiglione del Lago si percorre la SR142 già percorsa al mattino fino al raccordo con la Superstrada Perugia Bettolle con uscita a Bettolle sulla SP 327 in direzione del casello dell'autostrada del sole fino al Firenze, poi si prosegue sulla Firenze Mare A12 fino al raccordo con Lucca ed infine Autostrada A12 per Genova.

NOTE

La partecipazione è riservata ai soci CAI in regola col pagamento della quota sociale per il 2022.
Iscrizioni e caparra (**€ 50**) **entro giovedì 5 maggio** : l'iscrizione verrà accettata con il contestuale versamento della caparra che deve essere effettuata a mani di uno dei direttori di gita presente il giovedì sera.

La riunione pre gita verrà tenuta presso la sede giovedì 26 maggio alle ore 21
numero massimo partecipanti **16 persone** (disponibilità in diverse sistemazioni).

pranzi : al sacco, cene come da programma.

Il programma potrebbe subire variazioni a seconda delle condizioni meteo e dei tempi reali di percorrenza

costi indicativi previsti a persona:

| | |
|--|--------------|
| N 5 cene in ristorante costo stimato circa | € 180 |
| Biglietto battelli ed eventuali parcheggi auto circa | € 40 |
| Pern. c/o Hotel Cavalieri (***) x 4 notti (colazione compresa in camera doppia) circa... | € 130 |
| Spese di viaggio AR + spostamenti in loco (carburante ed autostrada) | € 100 |
| TOTALE circa | € 450 |

Contributo spese organizzative a favore della Commissione Escursionismo € 1

Non sono compresi eventuali biglietti di ingresso a musei, palazzi, mostre, ecc.

**Indicare la disponibilità di un'auto ed eventualmente se si ha un equipaggio preconstituito.
Obbligo del rispetto delle norme anti Covid vigenti al momento dell'effettuazione del trekking,
comprese le circolari del CAI in materia.**

Publicato sul sito Web Escursionismo il 13 aprile 2022