

Turistica Escursionismo

12 - 13 - 14 Ottobre

Umbria: Trekking degli Eremi e delle Abbazie

E' bello scoprire che molti luoghi di rilevanza storica sono raggiungibili anche a piedi. E allora cosa c'è di meglio se non unire la bellezza del paesaggio alla cultura e promuovere un turismo divertente e sostenibile? Andremo a camminare sugli antichi percorsi degli eremi e delle abbazie, che nei secoli videro transitare pellegrini provenienti da tutta Europa.



1° Giorno

Da Brescia si arriva a Gubbio, una storica cittadina situata alle pendici del monte Ingino. Passando dalle mura, dal palazzo ducale e dalla Basilica di Sant'Ubaldo, si arriva sulla cima della montagna. Uno stupendo panorama si apre su Gubbio e sull'Eremo di Sant'Ambrogio, situato sul lato opposto della valle. Il ritorno è per lo stesso percorso. Nel pomeriggio trasferimento a Cascia. Cena e pernottamento in hotel.

Dislivello: 420m

Tempo medio di percorrenza (andata e ritorno - soste escluse): ore 3,30

Difficoltà: Escursionismo

Pranzo: al sacco

Trasferimento: pullman

2° Giorno

Trasferimento a Ponte Santa Lucia, dove inizia il "Sentiero storico" dell'Abbazia di Sassovivo. Edificato nell' XI secolo, il celeberrimo edificio è segnalato come uno dei monumenti più belli d'Italia. Visitata l'abbazia, proseguiamo per Pale. Dalla piazzetta del paese, posta all'ingresso delle mura del castello, inizia il sentiero per l'incredibile eremo di Santa Maria Giacobbe (XI secolo). Il percorso scende nella valle del fiume Menotre che, precipitando a valle, forma una serie di suggestive cascate. Proseguendo sul Sentiero degli Ulivi si risale all'eremo, un luogo intimo e silenzioso, impreziosito da alcuni affreschi dell'epoca. Dall'eremo in breve si ritorna a Ponte Santa Lucia. Trasferimento a Cascia, cena e pernottamento in hotel.

Dislivello Abbazia di Sassovivo: 540m

Tempo medio di percorrenza (andata e ritorno - soste escluse): ore 3,30

Dislivello Abbazia di Sassovivo + Cascate Menotre + Eremo S. Maria Giacobbe: 760m

Tempo medio di percorrenza (andata e ritorno - soste escluse): ore 5,30

Difficoltà: Escursionismo

Pranzo: al sacco

3° Giorno

Dalla Basilica di Santa Rita inizia il sentiero medievale che collega Cascia con Roccaporena, un luogo davvero sorprendente. Saliremo sul viottolo che porta allo scoglio dove, secondo la tradizione, Santa Rita pregava tanto intensamente da lasciare imprime nella roccia le impronte delle ginocchia e dei gomiti. A Roccaporena si possono visitare anche i luoghi dove la Santa ha vissuto prima di entrare in monastero. Il ritorno è per lo stesso itinerario. Nel pomeriggio rientro a Brescia.

Dislivello: 300m - Tempo medio di percorrenza (andata e ritorno - soste escluse): ore 4,00

Difficoltà: Escursionismo - Pranzo: al sacco

La quota di partecipazione è di 432 Euro - per i soli Soci € 346 e comprende:

- pernottamento in camera doppia in hotel 3 stelle superiore con area benessere;
- trattamento di mezza pensione (bevande e caffè esclusi);
- trasferimento in pullman;
- polizza infortuni per le escursioni del 12/13/14 ottobre ([fascicolo informativo](#) – [massimali](#));
- servizi di organizzazione e accompagnamento;

La quota di partecipazione non comprende:

- pranzo al sacco;
- **polizza annullamento viaggio (34 Euro); facoltativa da richiedere al momento dell'iscrizione.**
- tutto ciò che non è indicato nella voce "La quota di partecipazione comprende";

Punti di incontro dei partecipanti

- **Sabato 12 Ottobre - ore 5.00 al parcheggio Esselunga della Volta lato Conbipel**
Le iscrizioni dovranno pervenire entro il **31 maggio 2024** alla Segreteria della D.T. Brescia, all'indirizzo: dtbrescia@circolobper.it e p.c. a s.giuffri@libero.it, utilizzando la scheda di prenotazione.



Turistica Escursionismo

Per coloro che volessero fare solo brevi camminate o visitare i luoghi del nostro trekking, sarà a disposizione il nostro pullman.

Materiale ed equipaggiamento

- abbigliamento completo da escursionismo (comprensivo di giacca antivento, guanti, copricapo) e calzature da trekking;
- borsa/trolley di piccole dimensioni con indumenti di ricambio ed effetti di igiene personale;
- si richiede di partire da casa indossando l'abbigliamento da escursionismo, provvisti di pranzo al sacco ed acqua per l'escursione del primo giorno;
- l'hotel fornisce biancheria da letto e da bagno;

Condizioni di partecipazione

Al momento dell'iscrizione si ritengono lette e accettate le seguenti condizioni

- L'organizzazione è responsabile dell'incolumità fisica dei partecipanti, pertanto non è consentito a nessuno di precedere la guida durante l'escursione. Si eviterà così di creare inopportuni e fastidiosi allungamenti che, oltre a comportare un incremento dei rischi, ostacolano il coordinamento del gruppo.
- L'organizzazione non ha responsabilità nei confronti dei partecipanti per comportamenti imprudenti o decisioni assunte autonomamente durante l'escursione. Chi lascia il gruppo in misura temporanea o definitiva lo fa a suo rischio e pericolo e nulla può pretendere dall'organizzazione.
- In caso di rinuncia il partecipante dovrà versare l'intera quota di partecipazione necessaria al pagamento dei servizi prenotati (rifugio, albergo, pullman, ecc.), a meno che non venga trovata una persona che lo sostituisca.
- Il programma potrebbe subire modifiche a causa delle condizioni meteorologiche, per motivi di sicurezza dei partecipanti o per migliorare la fruibilità dei servizi.

Organizzazione tecnica

Nuovantina Viaggi di Spinelli Patrizia
Via Paolo VI n° 3
25068 Sarezzo (Bs)
P.IVA 0349520989

Autorizzazione amministrativa n. 25941 del 04/03/2013 in conformità con quanto disposto dalla Legge Regionale n. 15 del 30/03/1988

Accompagnamento professionale fornito dall'Associazione Versanti

Signorini Flavio - Accompagnatore di Media Montagna iscritto al Collegio Guide Alpine della Lombardia con il numero 390

SCHEDA DI PRENOTAZIONE

Informiamo i partecipanti che l'organizzazione tecnica delle manifestazioni è gestita dalle Agenzie indicate nelle specifiche circolari. Il socio, quindi, è consapevole che il Circolo Dipendenti Bper Banca D.T. Brescia è un mero intermediario di viaggi, ai sensi e per gli effetti di cui all'art. 1 della Convenzione di Bruxelles del 23/04/1970, ratificata con legge n. 1084/1977; pertanto, ai sensi del comma 3 dell'art. 22 della medesima Convenzione non risponde di eventuali inadempimenti totali o parziali dei viaggi e dei soggiorni prescelti dal socio medesimo e per la cui conclusione quest'ultimo gli ha conferito espresso mandato con rappresentanza. **Il Circolo Dipendenti Bper Banca D.T. Brescia svolge esclusivamente attività di prenotazione e di tesoreria (cassa comune) prestata a titolo gratuito.**

Alla segreteria della D.T. Brescia.:

Il Sottoscritto:		Matr.:
In servizio presso: se in quiescenza indicare l'indirizzo di residenza		Telefono n.
Indirizzo e-mail personale <small>(da indicare sempre)</small>		Cell. n. <small>(indicare sempre)</small>

chiede di aderire all'iniziativa sotto segnata inserire descrizione iniziativa . **In caso di scelta doppia** inviare due moduli:

--

unitamente ai seguenti partecipanti:

Nome e cognome	*(D/P/A)	Codice fiscale	Indirizzo di residenza

*(Socio dipendente **D**, socio pensionato **P**, Altro **A**)

Per un totale di n° _____ persone ed autorizza l'addebito sul conto corrente sotto indicato:

IBAN	IMPORTO	INTESTAZIONE

Dichiaro inoltre di sollevare gli Organizzatori da ogni responsabilità relativamente a danni a cose o a persone durante lo svolgimento delle iniziative.

Data

Firma

CONSENSO AL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI: Confermo di essere stato opportunamente informato dal Circolo Dip. Bper Banca D.T. Brescia ai sensi dell'art. 13 del D.L. 2003/196 e dell'art. 13 del Regolamento UE 2016/679, e di dare autorizzazione al trattamento dei miei dati personali e di quelli degli altri partecipanti iscritti per le specifiche finalità perseguite dalla presente iniziativa, consapevole che in mancanza di tale consenso il G.I.D. non potrà dar corso ad azioni o servizi che richiedano il trattamento di dati e immagini personali già in suo possesso. Il trattamento dei Dati per le suddette finalità sarà effettuato con modalità informatiche e manuali da soggetti specificamente incaricati ed autorizzati dal dal Circolo Dip. Bper Banca D.T. Brescia ai sensi dell'art. 30 del D.L. 2003/196 e dell'art. 29 del Regolamento UE 2016/679 nonché da terzi soggetti coinvolti nelle attività di trattamento poste in essere. .

Firma