



## Sezione CAI di Macerata - Cicloescursione Monte Subasio



DATA:	<b>10/06/23</b>	
IMPEGNO FISICO:	<b>Lunghezza 28 Km</b>	<b>Dislivello 800 m</b>
DIFFICOLTÀ TECNICA:	<b>MC/MC</b>	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. In questo caso per cicloescursionisti di medie capacità tecniche
RITROVO:	ore 08.45 <a href="#">Parcheggio Stazzi dopo Eremo delle Carceri (Assisi)</a>	
INIZIO ESCURSIONE:	ore 9.00.	
DURATA:	4.00 ore circa	

### Iscrizione Escursione



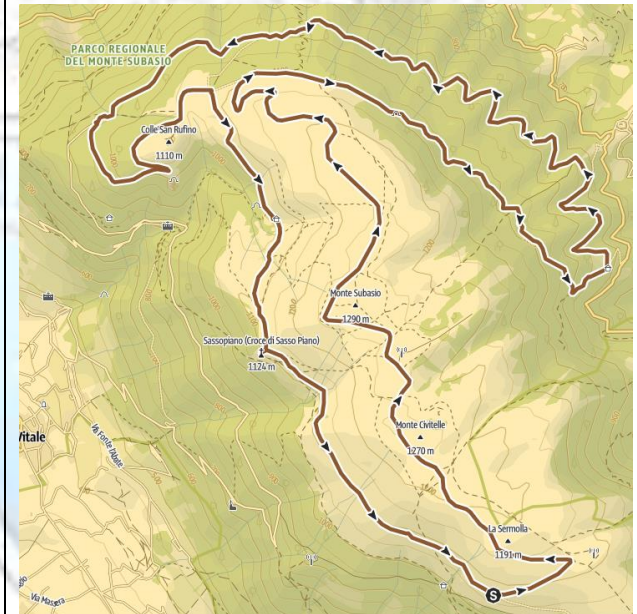
Materiali obbligatori CASCO OMOLOGATO

Materiali e  
Abbigliamento

Si raccomanda di indossare abbigliamento tecnico idoneo al tipo di attività, alle previsioni meteo ed all'ambiente in cui ci si troverà e di avere con sé sufficienti scorte di acqua e cibo. È necessario disporre della dotazione minima per ovviare a piccoli inconvenienti meccanici (camera d'aria, pompa, chiavi multi uso ecc).  
È indispensabile una preventiva verifica meccanica e messa a punto della bici.



Foto traccia



Note

Il Direttore di escursione si riserva la possibilità di escludere i partecipanti, qualora non dovessero essere provvisti dei materiali obbligatori o dovessero avere il materiale tecnico in cattivo stato, tale da pregiudicare la sicurezza o la riuscita stessa dell'escursione.

Avverse condizioni

In caso di avverse condizioni la gita sarà annullata o scelto itinerario alternativo



## Sezione CAI di Macerata - Cicloescursione Monte Subasio



Quota e modalità di partecipazione	La partecipazione alle cicloescursioni è di norma riservata ai soci. A scopo promozionale possono partecipare anche i non soci, con sottoscrizione di polizza assicurativa. <b>L'iscrizione deve essere effettuata entro il venerdì precedente per i non soci, mentre i soci il sabato entro le ore 14, cliccando al link <a href="#">ISCRIZIONE</a> oppure chiamando il direttore di escursione.</b>
------------------------------------	--

### Cenni storici

#### Il Territorio

Il Parco del Subasio è costituito dal sistema montano che prende il nome dal monte omonimo, forse il più famoso dell'Umbria, che sorge quasi isolato all'estremità meridionale della catena limitando, a est, la Valle Umbra e dominandone dai suoi 1290 metri di altezza l'ampio paesaggio vallivo e collinare.

Il Parco ha confini definiti dal corso del Tescio a Nord, dal torrente Chiona a sud-est, dal Topino ad Est e, nella parte sud-occidentale da una linea ideale che raccorda i due speroni del massiccio del Monte Subasio su cui sorgono Assisi e Spello e che corre parallela alla Valle Umbra. Dal punto di vista morfologico - territoriale l'elemento che contraddistingue questo territorio è, per l'appunto, il massiccio del Monte Subasio, forse il monte più famoso dell'Umbria, di forma ellittica e di orientamento Nord-Ovest/Sud-Est, che si presenta come un rilievo isolato rispetto alla Valle Umbra, con un profilo arrotondato a "dorso di tartaruga", dominante l'ampio paesaggio vallivo e collinare circostante.

Il Subasio, sin dal X sec. a.C., ha assunto carattere di sacralità e misticismo per le popolazioni umbre e questi elementi di spiritualità si sono rafforzati e caratterizzati con San Francesco e le presenze del suo ordine monastico.

Il Cantico delle Creature è straordinario documento di ammirazione e di amore per la natura e il Monte Subasio, con i possibili riferimenti al Cantico, è anche il luogo più adatto a costituire un Parco Letterario a cui possono far da guida i versi del santo fraticello di Assisi.



Possibilità aggiuntive	Pranzo presso ristoranti locali
Legenda difficoltà	<b>TC</b> (turistico) percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile <b>MC</b> (per cicloescursionisti di media capacità tecnica) percorso su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole <b>BC</b> (per cicloescursionisti di buone capacità tecniche) percorso su sterrate molto sconnesse o su mulattiere e sentieri dal fondo piuttosto sconnesso ma abbastanza scorrevole oppure compatto ma irregolare, con qualche ostacolo naturale (per es. gradini di roccia o radici) <b>OC</b> (per cicloescursionisti di ottime capacità tecniche) come sopra ma su sentieri dal fondo molto sconnesso e/o molto irregolare, con presenza significativa di ostacoli