




# Club Alpino Italiano sez. Macerata

## Cicloescursione MTB COLFIORITO-RASIGLIA



<b>Appennino Umbro</b>			
Data	<b>5 MAG 2019</b>	Ora ritrovo	1°ritrovo:7.30 2°ritrovo:8.15
Ritrovo	1° Ritrovo: Parcheggio discoteca "Ciao Ciao" in frazione Passo del Bidollo di Corridonia		2° Ritrovo: Parcheggio sede parco di Colfiorito
<b>Distanza</b>	<b>33 KM</b>	<b>Dislivello</b>	<b>900 m</b>
<b>Difficoltà</b>	<b>Salita MC</b>	<b>Discesa MC</b>	<b>Tempo stimato 5 ore</b>
<b>Quota min</b>	<b>500</b>	<b>Quota MAX</b>	<b>920</b>
<b>Descrizione Escursione</b>			
		<p>Annotazioni per il percorso: La prima difficoltà tecnica che affronteremo, saranno gli ultimi 600 m lineari della discesa che dalla frazione di Volperino porta a Rasiglia ,in quanto troveremo solchi scavati dall'acqua piovana e terreno breccioso sconnesso(questo singolo tratto potrebbe essere valutato BC-). Per quanto riguarda la salita, quella più dura e tecnica che affronteremo sarà quella dopo Rasiglia, 300m di dislivello, i primi su agevole asfaltata, gli ultimi 80 m di dislivello su carrareccia brecciata con piccoli strappetti su terreno breccioso leggermente sconnesso.</p> <p>La maggior parte del percorso si svolge su comode carrareccie, sterrati tra la boscaglia e tratti di strade asfaltate prive di traffico. Paesaggi naturali, ambienti rurali e piccole frazioni saranno lo sfondo di questa cicloescursione.</p>	
Materiali obbligatori	Casco(omologato) guanti e occhiali		
Bici	MTB con almeno forcella ammortizzata e rapporti adatti alla montagna, E-bike ammesse. Copertoni e freni in buon stato d'usura		
Acqua	Passando in varie frazioni non avremo problemi a reperirla.		
Abbigliamento	Normale dotazione personale e antivento		
Materiali	Kit riparazione forature per pneumatici normali schiuma per i tubeless e camera d'aria aggiuntiva di ricambio per tutti		
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.		
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 .		
Avverse condizioni	In caso di avverse condizioni la gita sarà annullata o scelto itinerario alternativo		
Quota e modalità di partecipazione	La partecipazione alle escursioni è di norma riservata ai soci. A scopo promozionale possono partecipare anche i non soci , con sottoscrizione di polizza assicurativa di euro 10 . <b>L'iscrizione deve essere effettuata entro il venerdì precedente per i non soci, mentre i soci il sabato entro le ore 14, chiamando il direttore di escursione. Per ulteriori chiarimenti ed informazioni consultare il sito <a href="http://www.caimacerata.com">http://www.caimacerata.com</a></b>		



# Club Alpino Italiano sez. Macerata

## Cicloescursione MTB COLFIORITO-RASIGLIA



<p>Cenni storici naturali</p>	<p>Rasiglia è una frazione montana del comune di Foligno che sorge a oltre 600 metri di altitudine. Il paese, che conserva le caratteristiche tipiche del borgo medievale raccogliendosi in una struttura ad anfiteatro, è celebre soprattutto per le sue <b>sorgenti</b>: passeggiando per i suggestivi vicoli del centro è impossibile non rimanere incantati dai corsi d'acqua che attraversano l'abitato, rendendolo unico e affascinante.</p> <p>La sorgente che alimenta e percorre Rasiglia è quella di <b>Capovena</b>: si trova nella parte alta del paese, ai piedi del palazzo che i Trinci (signori di Foligno tra il 1305 e il 1439) occupavano all'epoca del loro governo sul territorio folignate, e che percorre il paese formando rivoli e cascatelle che si riuniscono in una grande vasca denominata "Peschiera", per poi riversarsi nel fiume Menotre.</p> <p>Le origini di Rasiglia possono essere fatte risalire già al XII secolo, come attestano alcuni antichi documenti.</p> <p>La sua posizione di frontiera verso il territorio sellanese e verso la diocesi di Spoleto, ha fatto sì che i Trinci vi costruissero una delle strutture difensive per rendere sicuri e controllabili i propri confini: ecco quindi il Castrum et Roccha Rasilia.</p> <p>La Rocca di Rasiglia in origine occupava tutta la sommità del colle, con un andamento pressoché rettangolare, mentre attualmente restano visibili tratti delle mura di cinta e il rudere di una torre.</p> <p>Un molino, una gualchiera, alcune case nel borgo erano di proprietà dei Trinci che, sfruttando la preziosa presenza dell'acqua, avevano dato inizio a quelle attività che per secoli hanno poi garantito la sopravvivenza di tutta la comunità (mulini e opifici) grazie alla forza idrica proveniente dal fiume Menotre.</p> <p>Ancora oggi, la vita di questo splendido borgo continua ad essere scandita dall'acqua: l'elemento che passa per la tessitura, la lavorazione della lana e la tintura che viene riproposta attraverso una tradizione antichissima, risalente al 1200.</p> <p>Nei dintorni è possibile visitare l'Antico Santuario di Santa Maria delle Grazie</p> <p>Non perdetevi questo luogo lontano dal tempo, dal fascino magnetico e irresistibile, in cui il fragoroso mormorio delle acque accompagna ogni vicolo.</p>
-----------------------------------	--

