



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DI ANCONA
www.caiancona.org



Domenica 30 giugno 2019



Anello del

Monte Cucco

Intersezionale con CAI Pesaro

Mountain Bike
Mountain Bike



Con i suoi 105 km quadrati di estensione, compresi tra i comuni umbri di Scheggia-Pascelupo, Costacciaro, Sigillo e Fossato di Vico, il Parco del Monte Cucco è tra le principali aree protette dell'Umbria e del centro Italia. Composto da cime sopra i 1.000 mt di altitudine, svetta con i suoi 1.566 mt s.l.m. quella appunto del Monte Cucco al cui nome è associata l'omonima grotta, tra le più estese d'Italia, meta di speleologi e ricercatori, nella quale è stata realizzata una parte attrezzata con luci, scale e passerelle, visitabile a livello turistico accompagnati da guide specializzate.

Trekking, volo libero con deltaplani, sci-escursionismo e mountain bike sono le altre attività praticate nella zona, tanto che si può definire come "il parco dello sport in montagna".

La cicloescursione proposta, seguendo una parte del percorso della *Granfondo del Monte Cucco*, tocca, con un giro ad anello, i principali e panoramici luoghi della zona come il *Pian di Spilli*, il *Pian delle Macinare* e il *Rifugio Mainardi* con discesa finale per il lungo, panoramico e tecnico sentiero di "Lo Schioppo", da affrontare con la dovuta attenzione per via degli stretti tornanti e per la presenza di brevi tratti esposti.

ITINERARIO:

Da **Costacciaro** (567 mt), seguendo prima strade secondarie di campagna, poi un breve tratto della SS3 Flaminia, si giunge a **Scheggia** da dove ha inizio la lunga salita che, prima su asfalto poi su sterrata conduce a **Pian di Spilli** (1.050 mt). In prossimità di un bivio, si prende a sinistra la brecciata che costeggiando il versante settentrionale del **Monte Le Gronde** si inoltra nel bosco sino a giungere con vari salì e scendi e con bellissimi scorci sul versante nord del **Monte Cucco**, a **Pian delle Macinare** (1.140 mt). Dopo una sosta al **rifugio Mainardi**, si prosegue sulla strada asfaltata che scende verso Costacciaro, quindi al successivo incrocio si risale per un breve tratto la sterrata che ritorna a Pian di Spilli, fino ad intercettare l'evidente **sentiero n.293**, meglio conosciuto come **Lo Schioppo**, che tecnico e divertente scende a Costacciaro.

DISLIVELLO: 1.200 mt circa DISTANZA: 30 Km DURATA: 4 ore circa, soste escluse.

DIFFICOLTA': MC/BC

(Legenda capacità tecnica: TC turistica; MC: media; BC buona; OC ottima; la presenza del + indica brevi tratti, comunque superabili a piedi, con pendenza molto elevata. Un percorso siglato BC / OC richiede capacità tecnica buona in salita ed ottima in discesa. Per ulteriori dettagli visitare l'apposita sezione su www.caiancona.org)

ATTREZZATURA PERSONALE OBBLIGATORIA:

Casco, pompa, camera d'aria di scorta (anche per pneumatici tubeless). Consigliati guanti ed occhiali.

PUNTI ACQUA: Costacciaro, Scheggia, Pian delle Macinare, Rifugio Mainardi

ACCOMPAGNATORI DI ESCURSIONE:

CAI Ancona: **ASC Matteo Braccacini** (347 4923840; mattbra@libero.it);

CAI Pesaro: **Davide Albertini** (347 7819360)

RITROVO: ore 8:30 Costacciaro (Pg), parcheggio campi da tennis. PARTENZA: ore 09.00

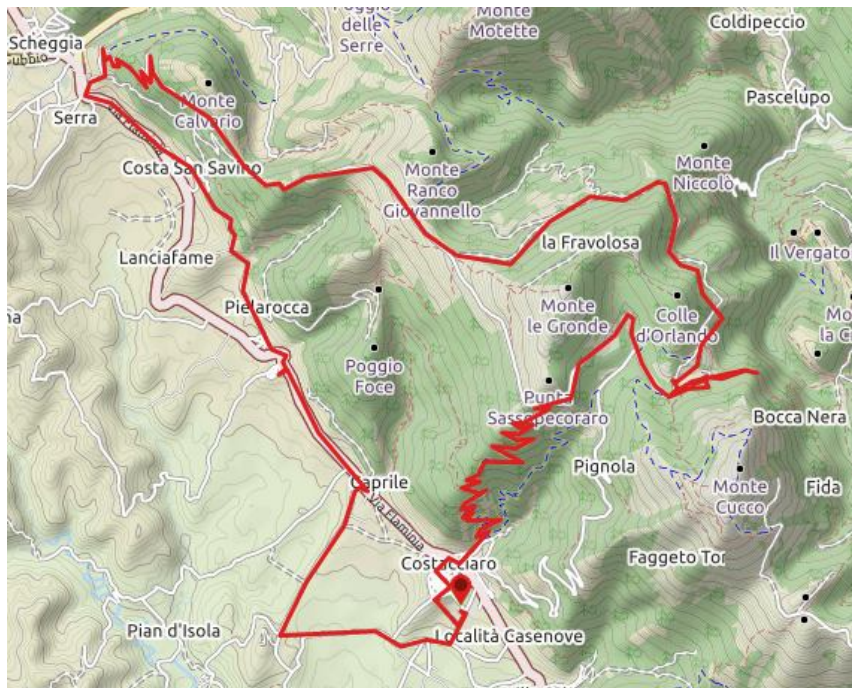
PRANZO: possibilità di ristoro a fine giro presso la Locanda D'Avella a Costacciaro con menù concordato a € 16,00 (tagliere di affettati misti, formaggi e crostini, salsicce, braciole, verdure cotte, bevande e caffè)

ISCRIZIONI: per i soci, contattare direttamente gli accompagnatori; i non soci devono formalizzare l'iscrizione recandosi in sede negli orari di apertura e versare la quota di € 5,57 per l'assicurazione contro gli infortuni. **Termine iscrizioni: venerdì 28 giugno p.v.**

II PRESIDENTE

Fausto De Angelis

Mappa del percorso



Profilo altimetrico



Gallery fotografica



La torre civica di Costacciaro



Verso Pian di Spilli



Il versante nord del Monte Cucco da Pian delle Macinare



Sentiero n.293, meglio conosciuto come "Lo Schioppo"