



FEDERAZIONE ITALIANA ESCURSIONISMO VALLE UMBRA TREKKING FOLIGNO

*“Il camminare presuppone che a ogni
passo il mondo cambi in qualche suo
aspetto e pure che qualcosa cambi in noi.”*

ITALO CALVINO

PROGRAMMA 2020

F.I.E. VALLE UMBRA TREKKING

Siamo un'Associazione di promozione sociale, iscritta nel Registro delle A.P.S. della Regione Umbria e che opera sul territorio da oltre 30 anni, affiliata dal 1987 alla **Federazione Italiana Escursionismo**.

Ci occupiamo di escursionismo e di tutto quanto ruota intorno alle tematiche dell'ambiente, favorendo la conoscenza e la valorizzazione del nostro territorio, ripercorrendo la sua storia e le sue tradizioni.

Annualmente predisponiamo un calendario escursionistico con uscite settimanali per tutti i gusti e con vari livelli di difficoltà (dalle più facili alle più difficili e tecniche), per venire incontro alle esigenze e alle capacità di ogni partecipante. Organizziamo e conduciamo interessanti viaggi in Italia e all'estero, volti a scoprire e conoscere anche le peculiarità e le meraviglie dei luoghi più lontani. Anche quest'anno, al ricco programma di escursioni domenicali, affiancheremo una serie di uscite a carattere culturale, con visite a luoghi di particolare interesse storico ed artistico, abbinandole ad un trekking leggero ed accessibile a chiunque voglia partecipare.

Con i nostri qualificati accompagnatori, a richiesta, guidiamo gruppi e scolaresche su itinerari del territorio circostante. Di concerto con i vari soggetti istituzionali, individuiamo e tracciamo sentieri, pubblicando poi anche carte topografiche. La sede della Valle Umbra Trekking è l'**Aula Verde Altolina "Omero Savina"** sita in località Pale di Foligno, grazie alla convenzione sottoscritta con il Comune di Foligno. In questa struttura teniamo lezioni di educazione ambientale e di formazione del personale che viene impiegato nella conduzione dei vari gruppi.

Il 25 febbraio del 2006, la sede dell'Aula Verde Altolina "Omero Savina" è stata elevata dal Consiglio Federale della F.I.E. a "Centro Nazionale F.I.E. per l'Educazione Ambientale e l'Escursionismo"





B&C

Servizi srl

**Lavori edili civili ed industriali, ristrutturazioni
e restauri di immobili - Costruzioni edili e stradali
Movimento terra**

Via Sterpete, 4 - 06034 Foligno (PG)
Mobile 393.6429912 | Ufficio 3770938227
e-mail info @becservizi.it
www.becservizi.it

VIVAI

Benedetti

PIANTE - GIARDINI

Via Daniele Manin, 110 Foligno (PG)
Tel. 0742.951168
www.vivaibenedetti.it



FOLIGNO

**Via Vasari
Zona industriale "La Paciana"
FOLIGNO PG
Tel e Fax 0742 340410**

INFORMAZIONI

Il prezzo della tessera di iscrizione per il 2020 è di euro 30 per gli adulti e 25 per i giovani (6 - 16 anni).

Con la sottoscrizione della tessera si sostengono le attività dell'Associazione con finalità civili e sociali rivolte alla natura, in particolare per quanto riguarda la conoscenza, la valorizzazione e la tutela del patrimonio ambientale.

Oltre a partecipare alla vita dell'Associazione, la tessera dà diritto di accesso agli organi elettivi, ai trattamenti speciali nelle varie iniziative e viaggi e ad essere titolari di polizza assicurativa contro infortuni durante le escursioni. Inoltre si potrà fruire della disponibilità su attrezzature a noleggio in dotazione all'Associazione.

LE ESCURSIONI SONO RISERVATE AI SOCI DELL'ASSOCIAZIONE

Eccezionalmente, per coloro che non sono soci della Valle Umbra Trekking e che intendano partecipare ad una prima escursione di prova, al fine di acquisire elementi ed informazioni utili ad un'eventuale iscrizione, potranno farlo sottoscrivendo una **POLIZZA ASSICURATIVA GIORNALIERA** del costo di 5 euro.

Per correttezza nei confronti degli iscritti e per oggettive responsabilità giuridiche, la possibilità di usufruire della polizza deve rivestire carattere straordinario e comunque per una sola occasione.

INFORMAZIONI UTILI F.I.E.

COSA METTERE NELLO ZAINO

La tabella descrive in modo generale ciò che occorre per una escursione di un giorno, ovviamente ci sarà da aggiungere materiale a seconda della meta da raggiungere, il clima del periodo, l'altitudine e la durata.

ZAINO INVERNALE

Giacca a vento, maglione o pile, sovrappantaloni impermeabili, ghette, guanti, cappello di lana o passamontagna, mantellina antipioggia, thermos o borraccia, colazione al

sacco (pane, biscotti, frutta fresca o secca, miele), indumenti di ricambio, occhiali da sole, coltello multiuso, fischietto, bussola e altimetro, carta topografica, torcia elettrica e fiammiferi, kit pronto soccorso, quaderno con penna, sacchetto per rifiuti, circa 5 mt di cordino, crema solare protettiva e proteggi labbra, GPS, telefono cellulare.

ZAINO ESTIVO

Giacca a vento leggera o keeway, felpa o pile leggero, pantaloni corti, cappello con falda, mantellina antipioggia, borraccia, colazione al sacco (pane, biscotti, frutta fresca o secca, miele), indumenti di ricambio, occhiali da sole, crema solare protettiva, coltello multiuso, fischietto, bussola e altimetro, carta topografica, torcia elettrica e fiammiferi, kit di pronto soccorso, quaderno con penna, sacchetto per rifiuti, circa 5 mt di cordino, GPS, telefono cellulare.

OGGETTI NON NECESSARI O DA USARE IN PARTICOLARI SITUAZIONI

Macchina fotografica, binocolo, radio rice-trasmittente, racchette da neve, bastoncini da escursionismo, ramponi e piccozza, imbracatura.

Tutto il materiale descritto deve essere giustamente posizionato nello zaino: ad esempio, sul fondo quello che potrebbe non servire, nelle tasche gli oggetti più piccoli o che servono temporaneamente ed in alto il cibo, distribuendo bene il peso per avere meno sollecitazioni possibili alla colonna vertebrale. Importanti informazioni, costantemente aggiornate, su tutto ciò che riguarda la nostra attività escursionistica, i corsi, gli eventi, nonché preziosi consigli tecnici su come approntare ogni uscita, in base alle diverse peculiarità del territorio ed al clima, sono presenti sul nostro nuovo sito internet:



www.fiefoligno.it

*Seguici anche sulla
nostra pagina Facebook:*

fie foligno valle umbra trekking



*Studio di Fisioterapia
di Baronci S. e Pennetta G.*

*Torre Matigge di Trevi, via Orvieto 13
tel. 3450522675*



Asilo Nido
L'albero Magico

**Per bambini
da 3 mesi a 3 anni**

L'asilo dispone di un ampio spazio esterno di circa 120mq
circondato dal verde e attrezzato con giochi e attività per l'aria aperta

ORARI FLESSIBILI E PREZZI BASSI!!

**UN LUOGO ACCOGLIENTE, LUDICO E CREATIVO PER
CRESCERE INSIEME...**

Via Terminillo 6-6/A direzione Paciana - Foligno (PG)

Tel. 334.9918655

info@alberomagicofoligno.it - www.alberomagicofoligno.it

NORME DI COMPORTAMENTO

Durante le escursioni è fondamentale seguire scrupolosamente le indicazioni degli accompagnatori. Evitare di intraprendere iniziative personali, (se non preventivamente autorizzate dai propri accompagnatori), che possano generare situazioni di pericolo per se stessi e per l'altrui incolumità. Nel partecipare ad una escursione è consigliabile valutare le proprie capacità fisiche e psichiche, grazie anche ai consigli ed al supporto tecnico-professionale dei nostri accompagnatori.

In ogni programma di uscite settimanali, è presente una dettagliata descrizione del percorso scelto (lunghezza, dislivello, difficoltà, tempi di percorrenza), dell'abbigliamento tecnico consigliato per l'occasione ed ogni altra indicazione utile per affrontare al meglio l'escursione.

E' IMPORTANTE, SOPRATTUTTO ALLE PRIME ESPERIENZE ESCURSIONISTICHE, CONFRONTARSI E CHIEDERE QUALSIASI DELUCIDAZIONE ALL'ACCOMPAGNATORE REFERENTE.

SCALA DI VALUTAZIONE ESCURSIONISTICA

T TURISTICO: percorso senza grandi dislivelli che si snoda sui sentieri ben evidenti e che non prevede tante ore di percorrenza.

E ESCURSIONISTICO: percorso che si svolge in gran parte su sentieri vari con tratti anche ripidi, di solito con segnalazioni.

EE ESCURSIONISTI ESPERTI: percorso che si svolge su sentieri e tracce anche a quote elevate, presenta frequenti tratti ripidi ed esposti.

EEA ESCURSIONISTI ESPERTI CON ATTREZZATURA: percorso che inizia a rivestire caratteristiche alpinistiche. Può presentare attraversamento di nevai e ghiacciai anche ripidi, lungo tratti attrezzati, passaggi su roccia di primo e secondo grado. Sono quindi indispensabili requisiti fisici e tecnici adeguati.



Self Service
“I Portoni”

via delle Industrie, 29
Sant'Eraclio - Foligno (PG)
tel. 0742 67 93 39

SCUOLA AMBIENTE

La F.I.E. Valle Umbra Trekking è in grado di organizzare percorsi educativi, su tutto il territorio intorno a Foligno, rivolti ad ogni ordine di scuola, avvalendosi di un gruppo di operatori costituito da Accompagnatori Escursionistici Nazionali F.I.E. che vantano una pluriennale esperienza nell'ambito dell'educazione ambientale e dello sviluppo sostenibile.

Dispone di una struttura, L'Aula Verde Altolina "Omero Savina" in località Pale di Foligno, dotata di rampe d'accesso e servizi per disabili, con ampio cortile attrezzato, sala riunioni fornita di mezzi audiovisivi, sala biblioteca e laboratori. Per permettere un'attività condivisa e coerente con la programmazione di classe, i docenti interessati possono contattare l'Associazione per definire tempi, metodi e contenuti.



TEKNOMECCANICA

Teknomeccanica S.A.S. *dei Fratelli Marini*

Loc. Capodacqua, 58/C - 06034 Foligno (PG)

Tel.: 0742.312006

www.teknomeccanicamarini.it

LABORATORI

Opificio della carta fatta a mano, la ceramica. La scrittura amanuense, ripercorrendo le antiche tecniche di copiatura prima dell'invenzione della stampa a caratteri mobili.

CAMPUS

Una settimana nella quale i ragazzi vivranno indimenticabili esperienze a stretto contatto con la natura. Attività, laboratori, giochi, uscite escursionistiche nelle quali conosceranno tanti aspetti del nostro territorio, imparando ad amarlo e rispettarlo. Dormire in tenda facendosi cullare dai suoni della natura, lontani dalla frenesia della vita quotidiana.

FIE GIOVANI

Un programma escursionistico studiato appositamente per l'età dei ragazzi. Uscite mensili nelle quali percorreremo molti sentieri del territorio umbro, analizzandone, di volta in volta, gli aspetti ambientali ma anche storici, artistici, culturali.

DISABILITÀ

Escursioni di gruppo, attività ricreative e sensoriali, appositamente studiate con specialisti del settore, rivolte a ragazzi diversamente abili. Aggregazione, condivisione, consapevolezza delle proprie capacità personali, autogestione, sono tra gli obiettivi più importanti che si cerca di perseguire.



INCONTRI

Insieme presso la sede Aula Verde Altolina della V.U.T..
Perchè il camminare non sia solo un passo fisico ma un momento di crescita, da apprendere e approfondire, con persone che condividono la stessa passione. Trekking come momento di aggregazione e come spunto per aprirsi a nuove esperienze e conoscenze. I corsi proposti:

"L'ARTE DEL BERE GIUSTO"

Corso di avvicinamento al vino.

Referente: AEN Delia Antonelli cell. 377.1918484

"BOTANICA-MENTE"

La vegetazione in Umbria.

Referente: AEN Delia Antonelli cell. 377.1918484
AEN Laura Benedetti cell. 328.9670505

"VERSO EST"

Basi di orientamento.

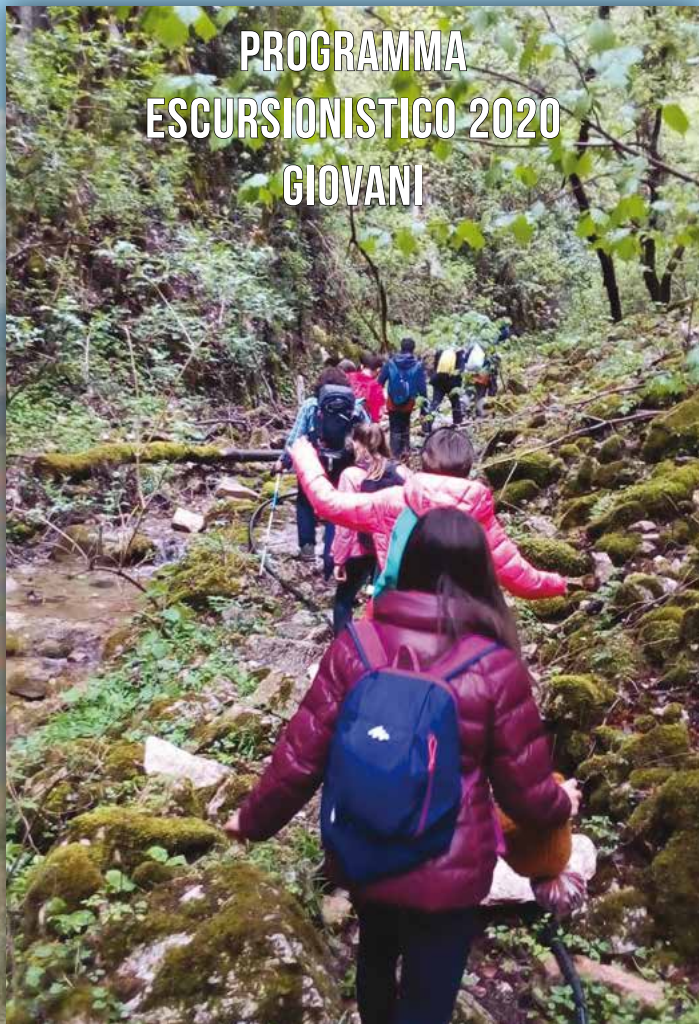
Referente: AEN Delia Antonelli cell. 377.1918484

"L'ORTO DEL SIGNORE"

Piante officinali & Co.

Referente: AEN Delia Antonelli cell. 377.1918484
Sig. Adriano Rossetti cell. 347.8157863

PROGRAMMA ESCURSIONISTICO 2020 GIOVANI



*“Il giovane cammina più veloce dell’anziano, ma
l’anziano conosce la strada.”*

PROVERBIO AFRICANO



26 GENNAIO Cappelletto sul Clitunno | ½ g. (E)

“Ciaspolata o escursione Monte Pettino”

Referenti: AEN Castellano Giuseppe 334/6119171

23 FEBBRAIO Nocera Umbra | ½ g. (E)

“Sorgenti Rio Giano”

Referenti: AEN Castellano Giuseppe 334/6119171

15 MARZO Sellano | ½ g. (E)

“Monte Molino (Cammoro)”

Referenti: AEN Castellano Giuseppe 334/6119171

19 APRILE Serravalle di Chienti | ½ g. (E)

“Botte del Varano e Museo Paleontologico Val di Chienti”

Referenti: AE Bronzi Michela 338/7489930



12 LUGLIO VALTOPINA | ½ g. (E)

“Il parco del trenino di Collebudino”

Referenti: AE Bronzi Michela 338/7489930

30 AGOSTO GUBBIO | 1 g. (E)

“Acquedotto medievale di Gubbio e Monte Ingino”

Referenti: AE Bronzi Michela 338/7489930

27 SETTEMBRE PIORACO | 1 g. (E)

Sentiero “Li Vurgacci” e il bosco di Sefro

Referenti: AE Bronzi Michela 338/7489930

18 OTTOBRE SIGILLO | ½ g. (E)

“Monte Cucco”

Referenti: AE Bronzi Michela 338/7489930

PER RAGIONI TECNICHE, CLIMATICHE O DI ALTRA NATURA, LE ESCURSIONI POTRANNO ESSERE ANNULLATE O SUBIRE VARIAZIONI SU DECISIONE DEGLI ACCOMPAGNATORI REFERENTI

ALLA CORTE DELLO SPACCA



Via Alcide De Gasperi 61 - Bevagna

Tel. 324 6336930 / 0742 360104



AllaCorteDelloSpacca

PROGRAMMA ESCURSIONISTICO 2020 ADULTI



*"Troverai più nei boschi che nei libri. Gli alberi e le rocce
ti insegneranno cose che nessun maestro ti dirà."*

BERNARDO DI CLAIRVAUX

Winner

bar self-service pizzeria meeting



un nuovo style
con la cortesia
di sempre

via gran sasso, 23 foligno | tel. 0742.22.041
www.winnerfoligno.com



GENNAIO

Domenica 19 | ½ g. (T)

“Attorno al Monte Burano”

Referenti: AER Massimiliano Bianchi 366.6626783

AER Pierfrancesco Pinna 334.6505476

Domenica 26 | 1 g. (EA)

“Ciaspolata sui Sibillini”

Referenti: AEN Claudio Pucci 347.4520862

AEN Patrizia Nardone 340.3427510

Sabato 25 Gennaio - Sabato 1 Febbraio | 7 g. (E)

“Settimana bianca al Passo del Tonale” (programma a parte)

(in collaborazione con Gli amanti del trekking di Terni)

Referenti: AEN Carlo Valentini 331.7741333

FEBBRAIO

Domenica 2 | 1 g. (E)

“La valle del Carpina”

Referenti: AEN Franco Cavadenti 335.7658307

AEN Delia Antonelli 377.1918484

Asp. A.E. Claudio Fiaoni 393.9165465

Sabato 8 | in serata (E) (EA)

“Ciaspolata o escursione notturna in Valsorda”

Referenti: Asp. AE Daniele Guerrini 328.4538689

Asp. AE Michela Bronzi 338.7489930

AEN Biagio Nalli 347.2541218

Domenica 9 | 1 g. (E)

“Da Ponze al Castello d’Orsano per antichi sentieri”

Referenti: AER Massimiliano Bianchi 366.6626783

AEN Paola Baronci 329.9296944



FISIOGYM
DON'T DREAM IT
BE IT

LA PALESTRA DI FOLIGNO

JOYWALK
ATTREZZI TECHNOGYM
PARETE ARRAMPICATA
CARDIOFITNESS
ACQUAFITNESS
QUEENAX

PALESTRA PISCINA FISIOTERAPIA

CONVENZIONE
RISERVATA A TUTTI I
TESSERATI FIE

Piazza Vanvitelli 1/a
La Paciana Foligno (Pg)
Tel/Fax 0742-21744
fisiogym.foligno@gmail.com



Domenica 16 | ½ g. (E)

“Merenda alla Casetta Caccetta”

Referenti: AEN Carlo Valentini 331.7741333

AEN Maurizio Piccioni 331.5793491

Asp. A.E. Donatella Cauli 347.7737799

Venerdì 21 - Domenica 23 | 3 g. (EEA)

Con gli sci e con le ciaspole tutti in "Cerchio" in Abruzzo

Referenti: AEN Carlo Valentini 331.7741333

AER Tiziana Busciantella 334.1680166

Domenica 23 | ½ g. (E)

“Le sorgenti del Rio Giano (Cancelli di Fabriano)”

Referenti: Asp. AE Sabrina Martellotti 335.5900895

Asp. AE Michela Bronzi 338.7489930

AEN Biagio Nalli 347.2541218

MARZO

Domenica 1 | 1 g. (E)

“Monteluco a Spoleto”

(in collaborazione con Narni 360 e Gli amanti del trekking di Terni)

Referenti: Asp. AE Daniele Guerrini 328.4538689

Asp. AE Michela Bronzi 338.7489930

AEN Biagio Nalli 347.2541218

Domenica 8 | 1 g. (T)

“Le Mole e Narni sotterranea”

(in collaborazione con l'ass. GEB di Siena)

Referenti: AEN Paola Baronci 329.9296944

AEN Angelo Michele Latorre 335.8710598

AEN Laura Benedetti 328.9670505

AEN Simona Ballo 338.3013481



Domenica 15 | ½ g. (E)

“Terre di confine” - Roccafranca

Referenti: AER Enrica Sozi 392.2769627
AEN Maurizio Piccioni 331.5793491
Asp. A.E. Luisa Piccioni 347.7286096

Domenica 22 | 1 g. (E)

“Monte Cucco”

Referenti: AEN Franco Cavadenti 335.7658307
Asp. A.E. Barbara Rossi 334.1221254

Domenica 29 | 1 g. (E E)

“Le miniere di ferro di Pio IX (Gualdo Tadino)”

Referenti: Asp. AE Daniele Guerrini 328.4538689
Asp. AE Michela Bronzi 338.7489930
AEN Biagio Nalli 347.2541218

Domenica 29 | ½ g. (E)

“Passeggiata nella “Terra del Falco”

Referenti: AEN Maurizio Piccioni 331.5793491
AER Maura Fiorucci 347.4853723
Asp. A.E. Riccardo Biagetti 392.8481026

APRILE

Domenica 5 | 1 g. (E)

“Dedicata ad Omero Savina. Alle cascate del Ferce in compagnia dei ragazzi della scuola primaria di Nocera Umbra”
(in collaborazione con la FIE Bagnara)

Referenti: AER Olga Pinca 328.0073430
AER Mariangela Salari 328.0684616
Asp. A.E. Laura Picchiarelli 338.5876122
Asp. A.E. Alice Berrichillo 345.7642335



Agente Delegato Procuratore

Giuliano Frascarelli

Tel. 328.5491767

giuliano.frascarelli.02126@unipolsai.it

***Assicuratevi con una
Squadra di Professionisti***

Agenzia Generale Silvestrini Giuseppe
Via C. Battisti, 20E - 06034 Foligno (PG)
Tel. 0742.354715 - Fax 0742.354282



Martedì 7

“Premiazioni delle classi elementari del concorso scolastico dedicato ad Omero Savina” (programma a parte)

Referenti: AER Olga Pinca 328.0073430

Domenica 19 | 1 g. (E)

“Bomarzo la Piramide Etrusca”

Referenti: AEN Carlo Valentini 331.7741333

AER Maura Fiorucci 347.4853723

Sabato 25 | 1 g. (E)

“I sentieri della resistenza”

(in collaborazione con l'Officina della Memoria)

Referenti: AEN Patrizia Nardone 340.3427510

AEN Claudio Pucci 347.4520862

Sabato 25 - Domenica 26 | 2 g. (E)

“Il monte Conero” (programma a parte)

Referenti: AE Daniele Guerrini 328.4538689

AE Michela Bronzi 338.7489930

AEN Biagio Nalli 347.2541218

Domenica 26 | ½ g. (E)

“La cascata del Cognunto”

Referenti: AEN Maria Nazzarena Bastioli 338.2197161

AEN Maurizio Piccioni 331.5793491

Asp. A.E. Luisa Piccioni 347.7286096

MAGGIO

Venerdì 1 | 1 g. (T/E)

“Sulle orme del dio Ercole”

Referenti: AER Mariangela Salari 328.0684616

Asp. A.E. Donatella Cauli 347.7737799



Domenica 3 | 1 g. (E)

Andiamo a segnare un sentiero "la via Lauretana"

Referenti: AEN Franco Cavadenti 335.7658307
AER Mariangela Salari 328.0684616
Asp. A.E. Nerio Trabalza 331.3074709

Domenica 3 | 1 g. (EE)

"Parco regionale del Monte Cucco" Eremo di S. Girolamo, Rio Freddo Valle delle Prigioni

Referenti: AE Daniele Guerrini 328.4538689
AE Michela Bronzi 338.7489930

Domenica 10 | ½ g. (T)

"Tra rose e colline" visita ad un giardino nel comune di Gualdo Cattaneo

Referenti: AER Olga Pinca 328.0073430
AEN Ugo Nardi 347.2541218
Asp A.E. Alice Berrichillo 345.7642335

Domenica 17 | 1 g. (E)

"Parco nazionale Gran Sasso e Monti della Laga, i Monti Gemelli"

Referenti: AEN Franco Cavadenti 335.7658307
AEN Delia Antonelli 377.1918484
Asp. A.E. Claudio Fiaoni 393.9165465

Venerdì 22 - Sabato 23 - Domenica 24 | 3 g.

"Raduno regionale FIE Umbria a Marmore" (programma a parte)

Referenti: AEN Giulia Garofalo 333.3042270



Venerdì 29 Maggio - Martedì 2 Giugno | 5 g. (E)

“L’Isola d’Elba” (programma a parte)

(in collaborazione con gli Amanti del trekking di Marmore)

Referenti: AEN Biagio Nalli 347.2541218

AER Tiziana Busciantella 334.1680166

Domenica 31 | 1 g. (E)

“Il Monte Motola”

Referenti: AEN Maria Nazzarena Bastioli 338.2197161

AEN Maurizio Piccioni 331.5793491

Domenica 31 | 1 g. (E)

Photo walking “I prati di primavera”

Referenti: AEN Laura Benedetti 328.9670505

AEN Simona Ballo 338.3013481

AEN Carlo Valentini 331.7741333

GIUGNO

Martedì 2 | 1 g. (EE)

“Parco nazionale Gran Sasso e della Laga” Monte Gorzano, cascata delle Barche e Trecina

Referenti: AEN Franco Cavadenti 335.7658307

AEN Delia Antonelli 377.1918484

Asp. A.E. Claudio Fiaoni 393.9165465

Martedì 2 | 1 g. (E)

“L’ex ferrovia Spoleto Norcia da Eggi a S.Anatolia di Narco”

Referenti: AE Daniele Guerrini 328.4538689

AE Michela Bronzi 338.7489930

Sabato 6 - Domenica 7 | 2 g. (E)

“Aggiornamento Accompagnatori” (programma a parte)

Referenti: AEN Giulia Garofalo 333.3042270



Domenica 7 | 1 g. (E)

“Tra Castelluccio e Norcia, i monti Lieto e Patino”

Referenti: AER Achille Porzi 349.5727105

AEN Piccioni Maurizio 331.5793491

AEN Stefano Berno 392.4997513

Sabato 13 - Domenica 14 | 2 g. (E)

A tutta birra “San Biagio” (programma a parte)

Referenti: AEN Franco Cavadenti 335.7658307

AER Luisa Petrozzi 347.9009553

Asp. A.E. Nerio Trabalza 331.3074709

Domenica 14 | 1 g. (E)

“Alla scoperta della Pupa di Pupaggi”

Referenti: AER Massimiliano Bianchi 366.6626783

AER Pierfrancesco Pinna 334.6505476

Lunedì 15 - Sabato 20 | 6 g. (E)

“Campus Fie Giovani” (programma a parte)

Referenti: AE Michela Bronzi 338.7489930

Domenica 21 | 1 g. (EE)

Monti della Laga “la valle delle 100 cascate”

Referenti: AEN Franco Cavadenti 335.7658307

AER Luisa Petrozzi 347.9009553

Asp. A.E. Barbara Rossi 334.1221254

Domenica 28 | 1 g. (E)

“Monte s. Vicino”

Referenti: AER Enrica Sozi 392.2769627

AEN Delia Antonelli 377.1918484



Domenica 28 Giugno - Sabato 4 Luglio | 7 g. (T/E)

“Il promontorio del Gargano” (programma a parte)

Referenti: AEN Giuseppe Castellano 334.6119171

LUGLIO

Sabato 4 - Domenica 5 | 2 g. (E)

“Note al crepuscolo” con l’ass.ne Odi Odi

Referenti: AEN Franco Cavadenti 335.7658307

AEN Claudio Pucci 347.4520862

Asp. A.E. Barbara Rossi 334.1221254

Domenica 5 | 1 g. (E)

***“Viaggio nella geologia,delle rarissime rocce della riserva
Unesco del Monte Peglia”***

Referenti: AEN Paola Baronci 329.9296944

AER Laura Benedetti 328.9670505

AER Simona Ballo 338.3013481

Sabato 11 - Domenica 12 | 2 g. (EE) (in tenda)

“Gran Sasso il Monte Ienca ed il Pizzo Camarda”

Referenti: AEN Biagio Nalli 347.2541218

AEN Giuseppe Castellano 334.6119171

Domenica 12 | ½ g. (E)

“Sulle orme di San Francesco da Assisi a Spello”

Referenti: AEN Pierangelo Silveri 3313685377

AEN Maurizio Piccioni 331.5793491

AER Federica Rossi 339.1467857



Domenica 19 | 1 g. (E)

“Le vie Etrusche”

Referenti: AEN Delia Antonelli 377.1918484

AER Roberta Stefanetti 328.6015556

Lunedì 20 - Lunedì 27 | 7 g. (E)

“Multi trekking in Val d'Aosta” (programma a parte)

in collaborazione con FIE Bagnara

Referenti: AEN Giuseppe Castellano 334.6119171

Domenica 26 | 1 g. (EE)

“Gran Sasso, il Monte Prena”

Referenti: AER Achille Porzi 349.5727105

AER Marco Tomassetti 338.4237382

AEN Maurizio Piccioni 331.5793491

AGOSTO

Sabato 1 - Domenica 2 | 2 g. (E)

“L'alba dei 2 soli”

(in collaborazione con Narni 360 e Gli amanti del trekking)

Referenti: AE Daniele Guerrini 328.4538689

AE Michela Bronzi 338.7489930

Domenica 2 | 1 g. (EE)

“Valle dei tre santi”

Referenti: AEN Franco Cavadenti 335.7658307

AER Enrica Sozi 392.2769627

Asp. A.E. Claudio Fiaoni 393.9165465

Domenica 9 | 1 g. (E)

“Come si fa il... miele”

Referenti: AEN Delia Antonelli 377.1918484

AEN Stefano Berno 392.4997513

CANTINA



1 migliori vini del Territorio



*Shop Cantina - Regali e Strenne natalizie - E-commerce
Consegne a domicilio - Affitto Locanda de' Trinci
Degustazioni e tour in Cantina*

Foligno - via Flamenga 57
Aperto dal lunedì al venerdì 8:15/13:00 e 15:00/19:00
sabato dalle 8:30 alle 13:00

Per prenotare la Tua visita: +39 0742 320165

Seguici anche su   - cantinagterredetrinci.com - www.terredetrinci.com



Giovedì 13 - Domenica 16 | 4 g. (E)

“Le dolomiti lungo i sentieri della Grande Guerra” (programma a parte)

Referenti: AEN Paola Baronci 329.9296944

AEN Massimiliano Bianchi 366.6626783

DSabato 22 - Sabato 29 | 7 g.

“Settimana Verde” (programma a parte)

Referenti: AEN Franco Cavadenti 335.7658307

AEN Claudio Pucci 347.4520862

AEN Carlo Valentini 331.7741333

Domenica 30 | ½ g. (E)

Colfiorito “Il monte di Cupigliolo”

Referenti: AEN Biagio Nalli 338.3013481

Asp. A.E. Laura Picchiarelli 338.5876122

SETTEMBRE

Domenica 6 | 1 g. (E)

“VIII°Edizione Magnalonga”

Referenti: AEN Patrizia Nardone 340.3427510

AEN Claudio Pucci 347.4520862

Domenica 13 | 1 g. (E)

“Il Lago di Bolsena”

(in collaborazione con la “Polisportiva Castel S. Giorgio”)

Referenti: AEN Delia Antonelli 377.1918484

AER Enrica Sozi 392.2769627

Domenica 20 | 1 g. (EE)

“Monte Acuto nel gruppo del Catria”

Referenti: AEN Biagio Nalli 338.3013481

AEN Giuseppe Castellano 334.6119171



Domenica 20 | ½ g. (E)

“Sentieri castelli e pievi nel perugino”

Referenti: AE Sabrina Martellotti 335.5900895

AE Michela Bronzi 338.7489930

Sabato 26 - Domenica 27 | 2 g. (E)

Le foreste casentinesi “Il bramito del cervo” (programma a parte)

Referenti: AEN Franco Cavadenti 335.7658307

AER Luisa Petrozzi 347.9009553

Asp. A.E. Nerio Trabalza 331.3074709

Domenica 27 | ½ g. (E)

“Periplo di Costa lato tra Nocera e Fiuminata”

Referenti: AEN Biagio Nalli 338.3013481

AE Sabrina Martellotti 347.184326

OTTOBRE

Domenica 4 | 1 g. (E)

“Il Monte Cucco”

Referenti: Achille Porzi 349.5727105

AER Maura Fiorucci 347.4853723

Domenica 4 | 1 g. (T)

“Trekking urbano a Roma”

Referenti: AER Mariangela Salari 328.0604616

AEN Ugo Nardi 347.8312836

Asp. A.E. Donatella Cauli 347.7737799

Domenica 11 | 1 g. (EE)

“Il monte Catria”

Referenti: AER Ugo di Cesare 328.6635469

AEN Carlo Valentini 331.7741333



Domenica 11 | ½ g. (T)

“Sulle tracce dell’Albornoz”

Referenti: AER Laura Benedetti 328.9670505

AER Simona Ballo 338.3013481

Domenica 18 | 1 g. (E)

“Riserva naturale del Monte San Vicino”

(Le secolari faggete del monte Canfaieto si vestono d'autunno)

Referenti: AEN Maurizio Piccioni 331.5793491

AEN Stefano Berno 392.4997513

Asp. A.E. Luisa Piccioni 347.7286096

AER Achille Porzi 349.5727105

Domenica 25 | 1 g. (EE)

“La gola della Rocchetta di Gualdo Tadino”

Referenti: AE Daniele Guerrini 328.4538689

AE Michela Bronzi 338.7489930

Domenica 25 | ½ g. (E)

“Casale”

Referenti: AER Enrica Sozi 392.2769627

AEN Patrizia Nardone 340.3427510

NOVEMBRE

Domenica 1 | 1 g. (E)

“Avventura in Valcasana”

Referenti: AEN Maria Nazzarena Bastioli 338.2197161

AEN Maurizio Piccioni 331.5793491

AEN Stefano Berno 392.4997513



Domenica 1 | 1 g. (E)

“Oliotrekking” Trevi (programma a parte)

Domenica 8 | 1 g. (T)

S. Martino in compagnia, castagnata all’Aula Verde

“Omero Savina” Pale (programma a parte)

Referenti: AER Mariangela Salari 328.0684616

Domenica 15 | ½ g. (E)

“Collemancio tra vigneti e cantine”

Referenti: AEN Maurizio Piccioni 331.5793491

AEN Stefano Berno 392.4997513

Asp. A.E. Riccardo Biagetti 392.8481026

Domenica 15 | 1 g. (E)

Photo walking “I Boschi d’autunno”

Referenti: AEN Laura Benedetti 328.9670505

AEN Simona Ballo 338.3013481

AEN Carlo Valentini 331.7741333

Domenica 22 | ½ g. (E)

“La vallata del Monte Aguzzo”

Referenti: AEN Massimiliano Bianchi 366.6626783

AER Pierfrancesco Pinna 334.6505476



Arrivederci al prossimo anno!!!

Puoi aiutarci con il tuo 5x1000

SOSTEGNO DEL VOLONTARIATO E DELLE ALTRE ORGANIZZAZIONI NON LUCRATIVE DI UTILITA' SOCIALE, DELLE ASSOCIAZIONI DI PROMOZIONE SOCIALE E DELLE ASSOCIAZIONI E FONDAZIONI RICONOSCIUTE CHE OPERANO NEI SETTORI DI CUI ALL'ART. 10, C. 1, LETT. A), DEL D. LGS. NR. 460 DEL 1997.

FIRMA

CODICE FISCALE DEL
BENEFICIARIO

0	1	6	6	2	9	0	0	5	4	5
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

DOVE CI SI PUÒ TESSERARE

EFFE EFFE SPORT	Via Vasari, ZI Paciana, Foligno (PG)
ENOTECA BERNETTI	Via Napoli, 1 Foligno (PG)
ROSSETTI OREFICERIA	Via Piermarini, 34 Foligno (PG)
PROFUMERIA PROFUMO	Corso Cavour, 6 Foligno (PG)
PALESTRA FISIOGYM	P.zza Vanvitelli, 1/A ZI Paciana Foligno (PG)



F.I.E. Valle Umbra Trekking Foligno

Aula Verde Altolina "Omero Savina"

loc. Pale - via Trinità, 1 - 06034 Foligno (PG)

info@fiefoligno.it | www.fiefoligno.it | Facebook: fie valle umbra trekking