

La Mulattiera Società Cooperativa
Via Blasi 26, loc. Ancarano, 06046 Norcia. P.I.: 02543550541.



La Mulattiera Società Cooperativa

Servizi per il turismo naturalistico, culturale e sportivo
Via Blasi 26, Fraz. Ancarano, 06046 Norcia - P.IVA 02543550541 -
Tel. 0743 820051, Cell. 339 4513189
e-mail: info@lamulattiera.it, <http://www.lamulattiera.it>

SOGGIORNI DIDATTICI E GIORNATE SINGOLE IN UMBRIA NEL PARCO NAZIONALE DEI MONTI SIBILLINI



ESEMPI SINTETICI PER SOGGIORNI DELLA DURATA DI 3 GIORNI

SIBILLINI.... NON SOLO MONTI: PRECI, NORCIA E CASTELLUCCIO 3 GIORNI

Primo giorno (Dal grano al pane con l'asinello e serata astronomica)

- Dal grano al pane: una giornata nella natura al ritmo del passato (la fattoria, il mulino ad acqua, facciamo il pane, cuociamo il pane a legna), nel borgo medioevale di Preci accompagnati dall'asinello.
- Serata astronomica con esperto astrofilo.

Secondo giorno (passeggiata con gli asinelli, Abbazia S.Eutizio, Norcia e le aziende tipiche)

- Passeggiata con gli asini in Val Castoriana ed arrivo all'abbazia di S.Eutizio.
- Visita alla fattoria didattica bio.
- Visita all'apicoltura "il Massaro" alla scoperta della vita segrete delle api
- Continuazione passeggiata "case e tane" con arrivo presso il centro di Norcia con raccolta di materiale naturale e attività di animazione naturalistica.
- Cena nel ristorante tipico annesso alla struttura accompagnata da festa con musica e falò con salsicce cotte alla brace.



Terzo giorno (Castelluccio e gli altopiani carsici - le cascate delle Marmore)

- Passeggiata sul pian grande di Castelluccio (l'ambiente appenninico, il carsismo, i fiori, la vita su uno dei paesini più alti dell'Appennino).
- Visita alle cascate delle Marmore.
- Partenza del gruppo entro le 17.

A PORTATA DI NORCIA (3 GIORNI SENZA PULMAN)

L'unico delle nostre proposte a non necessitare del pullman al seguito

3 giorni d'immersione nella realtà della ridente cittadina di Norcia attraverso una serie di attività ludiche e di scoperta che vedono i partecipanti sempre protagonisti.

Primo giorno (fattoria bio, il mondo delle api, case e tane, serata astronomica)

- Arrivo del gruppo in struttura (hotel 3 stelle convenzionato o ostello).
- Presentazione delle guide e spostamento in pullman presso la fattoria Perla.
- Visita alla fattoria didattica bio.
- Inizio passeggiata case e tane.
- Visita all'apicoltura "il Massaro".
- Pranzo al sacco (portato da casa)
- Continuazione passeggiata "case e tane" con arrivo presso il centro di Norcia.
- Ritorno in struttura (in centro) e sistemazione nelle camere.
- Riflessioni sulla giornata e cena nel ristorante tipico annesso all'hotel.
- Serata astronomica con esperto astrofilo.



Secondo giorno (le marcite ed i mulini, orienteering, la cioccolateria, il tartufo)

- Visita alle marcite ed ai mulini ad acqua.
- Introduzione alle tecniche di orienteering e mini gara.
- Ritorno in struttura e pranzo.
- Visita alla cioccolateria.
- Alla ricerca del tartufo col cagnolino.
- Caccia al tesoro in paese.
- Passeggiata in sella agli asinelli per le campagne nursine (possibile alternativa se richiesta dai docenti in alternativa alle attività del pomeriggio del secondo giorno).
- Ritorno in hotel, riflessioni sulla giornata, cena.
- Passeggiata serale in centro e festa di arrivederci.

Terzo giorno (Castelluccio e gli altopiani carsici - le cascate delle Marmore)

L'ultimo giorno, approfittando del pullman che riporterà a casa il gruppo, si possono ammirare due dei più grandi spettacoli naturali d'Italia e d'Europa.

- Passeggiata sul pian grande di Castelluccio (l'ambiente appenninico, il carsismo, i fiori).
- Pranzo al sacco (fornito dalla struttura).
- Visita alle cascate delle Marmore.
- Partenza del gruppo entro le 17.

CIAK... : LA MONTAGNA ... AZIONE!!!

(3 GIORNI A CONTATTO CON LA NATURA E CON GLI SPORT AMBIENTALI)

Primo giorno (Cascata delle Marmore, sopra e sotto)

- Arrivo presso la Cascata delle Marmore e presentazione delle Guide
- Divisi in due gruppi che svolgeranno le stesse attività a turno:
 - gruppo A: escursione tra i sentieri della Cascata
 - gruppo B: visita in grotta turistica
- Pranzo al sacco portato dai ragazzi



- Nel pomeriggio, trasporto alla struttura recettiva, Norcia o Preci, e sistemazione nelle stanze
- Cena
- Serata astronomica (con condizioni meteo favorevoli)

Secondo giorno (la montagna del Parco Nazionale dei Monti Sibillini)

- Prima colazione
- Escursione autobus e a piedi (trasferimento in autobus): Castelluccio e Norcia.
- Pranzo al sacco.
- Visita di un'azienda di apicoltura o, in alternativa, visita ad altre aziende tradizionali
- Cena
- Falò serale

Terzo giorno (rafting e visita di Norcia)

- Prima colazione
- Discesa sui gommoni del fiume Corno
- Visita alle Marcite, nei pressi di Norcia, residui delle antiche tecniche di coltivazione della Valnerina
- Partenza del gruppo entro le 17.

NEL RIFUGIO DI MONTAGNA - 3 GIORNI

Primo giorno (dove siamo?)

- Arrivo al Rifugio di Colle le Cese e sistemazione nelle stanze
- Pranzo al sacco portato da casa
-
- Accoglienza delle Guide e introduzione all'ambiente montano dei Monti Sibillini
- Cenni di orientamento applicati al paesaggio; la cartina geografica, la bussola e il riconoscimento dei luoghi
- Gioco d'orientamento
- Cena
- Passeggiata notturna nel bosco

Secondo giorno (con gli asini)

- Prima colazione.
- Un percorso con gli asini nella natura del Pian Piccolo. Divertimento assicurato. Introduzione agli animali, cura e governo degli stessi.
- Rientro in rifugio
- Cena
- "Il parco delle Stelle": serata astronomica d'eccezione. Il Rifugio si trova in un contesto ideale per l'osservazione del cielo stellato.



Terzo giorno (Castelluccio e Norcia)

- Prima colazione.
- Passeggiata sugli altopiani di Castelluccio di Norcia ed all'inghiottitoio carsico
- Pranzo al sacco a Castelluccio
- Passeggiata e visita a Norcia e alle sue attività tradizionali
- Partenza entro le 17.00

SULLA NEVE IN RIFUGIO 3 GIORNI

Primo giorno (le ciaspole)

- Arrivo al Rifugio di Colle le Cese e sistemazione nelle stanze.
- Pranzo al sacco portato da casa.
- Accoglienza delle Guide e introduzione all'ambiente montano dei Monti Sibillini.
- "Sgranchiamoci un po' le gambe con le ciaspole". Introduzione all'uso della ciaspola e breve passeggiata alla ricerca delle forme di vita animale attraverso le tracce lasciate sulla neve.
- Cena
- Fiaccolata notturna nel bosco (solo in condizioni meteo ottimali).



Secondo giorno (la costruzione dell'Igloo)

- Prima colazione.
- Passeggiata con le ciaspole nei boschi intorno al Pian Piccolo.
- Ritorno in rifugio e pranzo.
- Spiegazione delle caratteristiche della neve e delle tecniche di costruzione di un igloo. I ragazzi vengono divisi in gruppi e si cimentano nella costruzione della casetta di ghiaccio.
- Cena.
- "Il parco delle Stelle": serata astronomica d'eccezione.

Terzo giorno (Castelluccio e Norcia)

- Prima colazione.
- Passeggiata con gli scii da fondo sugli altipiani di Castelluccio di Norcia.
- Pranzo al sacco a Castelluccio (fornito dalla struttura).
- Passeggiata e visita di Norcia e delle sue attività tradizionali: salumeria, cioccolateria, apicoltura.
- Partenza entro le 17.00.

VISITE/ATTIVITÀ GIORNALIERE (ARRIVO PREVISTO ENTRO LE 10.00 E PARTENZA ENTRO LE 17.00)

DAL GRANO AL PANE: UNA GIORNATA NEL PASSATO AL RITMO DELLA NATURA IN COMPAGNIA DEGLI ASINELLI

Grazie ad una giornata trascorsa presso l'antico borgo di Preci, nel Parco Nazionale dei Monti Sibillini, potremo seguire da protagonisti la **filiere della panificazione**

- partendo dal grano prelevato nella **fattoria**;
- procedendo alla molitura presso il **mulino ad acqua** in cui è anche collocata una turbina per la produzione di energia idroelettrica;
- alla cottura presso il **forno a legna**;

il tutto utilizzando gli **asinelli** per spostarsi tra la campagna e l'antico borgo di Preci.

L'unità didattica presenta caratteri di trasversalità che la collocano ad un altissimo livello nell'ambito dell'educazione ambientale. Gli spunti d'interesse offerti sono numerosi: il contatto diretto con



una tipica fattoria a conduzione familiare ed i loro animali, il rapporto con gli asinelli, la passeggiata tra boschi e campagna verso il mulino, la rivisitazione dell'antico mestiere del mugnaio e dimostrazione di energia rinnovabile, manipolazione e creazione del pane.

UNA GIORNATA TRA ASINI , PASTORI E NORCINI

Arrivo del gruppo presso la fattoria degli asinelli e presentazione della guida.

- Breve lezione introduttiva sul come prendersi cura e condurre un asinello. Assegnazione di un asino ad ogni gruppetto di 3 ragazzi.
- **Passeggiata con gli asini.** Mentre a turno i ragazzi salgono in sella e passeggiano dondolando comodamente al lento passo d'asino, gli altri componenti del gruppo conducono ed accudiscono il loro nuovo amico a quattro zampe. La facile passeggiata, della durata di due ore circa, attraversa un tratto della Val Castoriana tra boschi, stupendi villaggi, torrenti e panorami mozzafiato.
- Trasferimento presso il **laboratorio di norcineria** dove sarà possibile imparare e partecipare alla creazione delle famose salsicce di maiale di Norcia che verranno poi arrostiti alla brace per il pranzo.
- Pranzo al sacco portato dai ragazzi e salsicce alla brace preparate dagli stessi ragazzi.
- Trasferimento del gruppo presso la **fattoria biologica** Cetorelli in località Campi di Norcia.
- Il simpatico Santino e la sua famiglia, oltre a mostrare i loro tanti animali da fattoria come conigli, galline, galli, gatti e cani, ci guideranno lungo il percorso che porta il latte munto ogni mattino dalle pecore a diventare dell'ottimo pecorino.

TUTTO NORCIA IN UN GIORNO

Una giornata tra fattorie e laboratori di produzione delle eccellenze alimentari norcine (in alternativa, passeggiata a dorso d'asino), ma anche alla scoperta dell'antica città di Norcia e delle campagne circostanti.

- Introduzione agli **asini**, cura e governo degli stessi e passeggiata a dorso d'asino. (in alternativa, visita alla fattoria didattica bio, all'apicoltura, alla cioccolateria ed al laboratorio di salumeria)
- Pranzo al sacco.
- Visita del centro storico di **Norcia** e dei mulini ad acqua delle **Marcite**

TRA STORIA E AVVENTURA

Mattina:

- **percorso ecodinamico** di passaggi in corda tra gli alberi con ponte tibetano, teleferica, tronchi oscillanti per prove di sviluppo psicomotorio.
- **Archeologia sperimentale** con costruzione di rifugi con i materiali naturali, pitture rupestri, studio dei manufatti preistorici, lavorazione dell'argilla, tiro con l'arco preistorico, percorso di sopravvivenza, cucina preistorica, orientamento.

Pom:

- trasferimento presso il centro **rafting** e discesa guidata nei gommoni lungo le meravigliose Gole di Biselli.



LA VIA DEL GUSTO ORIGINALE: UNA GIORNATA TRA LE MIGLIORI FATTORIE

- Arrivo del gruppo presso la **fattoria biologica** Cetorelli in località Campi di Norcia.
- Il simpatico Santino e la sua famiglia, oltre a mostrare i loro tanti animali da fattoria come conigli, galline, galli, gatti e

cani, ci guideranno lungo il percorso che porta il latte munto ogni mattino dalle pecore a diventare dell'ottimo **pecorino**.

- Trasferimento presso il laboratorio di **norcineria** dove sarà possibile imparare e partecipare alla creazione delle famose salsicce di maiale di Norcia che verranno poi arrostiti alla brace per il pranzo.
- Pranzo al sacco portato dai ragazzi e salsicce alla brace preparate dagli stessi ragazzi.
- Trasferimento presso località Fonte Vena di Norcia per la visita della **fattoria didattica biologica** "Perla". Il giovane ed esperto fattore guida i visitatori alla scoperta degli animali che popolano la fattoria ed in particolare le mucche da latte, spiegando i principi della conduzione biologica ed i relativi vantaggi per gli animali, per gli allevatori e per i consumatori finali.
- Presso la stessa località Fonte Vena di Norcia, visita con degustazione dell'**apicoltura** "Il Massaro". Il "Re delle Api" di Norcia mostra ai suoi giovani ospiti come ottenere gli utilissimi prodotti creati dalle api e quanto ognuno può imparare dallo stile di vita di questi sorprendenti insetti.

DA MARIO, CLEMENTE E DAI LORO MULI: IL MESTIERE DEL MULARO ED IL GOVERNO DEI BOSCHI



Pochi sanno che in molti lavori di esbosco in Italia Centrale viene utilizzato ancora il mulo.

La giornata speciale in compagnia dei muli e dei mulari prevede:

- Incontro sul campo, spiegazione introduttiva dedicata agli animali, alla gestione forestale e alla cura e sfruttamento dei boschi
- Nel bosco, con i mulari, riconoscimento delle principali specie forestali e prove di carico degli animali
- Passeggiata finale con i muli
- Merenda finale

SPECIALE SCUOLE ELEMENTARI: GITA FINE ANNO FIGLI E GENITORI

Un programma particolarmente richiesto da qualche anno per le scuole del primo ciclo: prevede la partecipazione delle famiglie a una piacevole passeggiata in compagnia dei figli e degli asinelli, con un ottimo pranzo in fattoria o a base di prodotti tipici in un'area predisposta in montagna.

Le attività consigliate per la classica gita, oltre alla passeggiata con gli asini, sono: rafting, campo avventura, giochi di animazione.

Chiedeteci un programma su misura, saremo lieti di organizzarvelo.

STRUTTURE RECETTIVE

Il nostro ostello in collina (con 65 posti letto) o il rifugio di montagna (per gruppi fino a 39 partecipanti), immersi nella natura nel comune di Preci o nel comune di Norcia, sono le strutture ideali per un soggiorno didattico, con sale comuni per attività al coperto, ristorante tipico, stanze con letti a castello e stanze doppie per i docenti.

Per una sistemazione di livello superiore e nel centro storico di Norcia, abbiamo possibilità di ospitarvi in un albergo a tre stelle con noi convenzionato.

Per una descrizione più dettagliata delle varie attività, dei luoghi e le strutture, e per richiederci un programma con preventivo personalizzato sulla base dei temi che desiderate trattare, vi invitiamo a visitare il sito www.lamulattiera.it o a scriverci su info@lamulattiera.it



La Foresteria



Il Rifugio di Colle Le Cese e Il Rifugio di Campi Alto



Verso il Rifugio

CONTATTI:

Tel. 0743 820051

Cell. 339 4513189 (Roberto) - 349 4120325 (Francesco) E-mail: info@lamulattiera.it