



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>

CIASPOLATE E NEVE, INVERNO 2015-2016

Ed eccoci di nuovo qui, a scrutare il cielo e il meteo, a guardare l'arrivo di "Attila" e di "Caronte", a tifare ora per uno e ora per l'altro, a gioire di un po' di zucchero a velo sulle cime dei nostri monti.

Ed eccoci anche a proporre, come ogni anno, un calendario di attività invernali ricco e variegato

Per tutti! Ma proprio tutti.

Nel calendario troverete, sono la maggior parte, escursioni di un livello base, senza particolari difficoltà.

Troverete anche le "**Grandi ciaspolate!**". Queste sono per chi si è già cimentato con le ciaspole qualche volta ed ha già deciso che gli vanno a genio. Quindi si tratta di escursioni un po' più lunghe. Consigliate sicuramente a chi voglia esplorare la montagna pienamente le nostre montagne.

Non mancano gli allegri momenti conviviali del "dopo" ciaspolata, in Rifugio o in altre locande in montagna, di fronte a un piatto e una bevanda calda.

Oltre alle attività in programma, è possibile:

- noleggiare sci da fondo escursionistico e sci da fondo, ed eventualmente chiedere la presenza di un istruttore per apprendere i primi rudimenti
- Noleggiare i ciaspo-bob, degli speciali bob che, uniti all'uso delle ciaspole, permettono di compiere delle divertenti discese sulla neve

INVERNO 2015-2016

19 Dicembre

Appuntamento: h 15.00 , Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 16.00 , Forca Canapine.

CIASPOLATA NOTTURNA ALLA TERRAZZA SU CASTELLUCCIO: IL MONTE GUIDONE !

Ciaspolata illuminata dalle stelle, fino alla bellissima panoramica sui piani di Castelluccio di Norcia ; stelle, luna e vin brulé !

Cena conviviale dopo l'escursione in Rifugio/Locanda locale.

Durata: 3 o 4 ore; Dislivello: 200; Difficoltà: E - Molto adatto a famiglie con bambini

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve e vin brulé; € 20 cena in Rifugio.

20 Dicembre

Appuntamento: h 9.00 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 10.00 a Castelluccio di Norcia.

CIASPOLATA IN VAL DI CANATRA (CASTELLUCCIO DI NORCIA)

Nel silenzio ovattato dei boschi della Val Canatra, fiabeschi scorci panoramici sui piani di Castelluccio , osservazione delle tracce degli animali selvatici sulla neve. Divertente ed emozionante discesa finale.

Durata: 4 ore; Dislivello: 200; Difficoltà: E - PER TUTTI

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.

Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.

La Mulattiera Società Cooperativa

Via Blasi 26, Loc. Ancarano, 06046 Norcia, P.IVA 02543550541, Iscrizione Albo Società Cooperative n. A173642

Tel. 0743820051 - Cell. 339 4513189 - <http://www.lamulattiera.it> - e-mail: info@lamulattiera.it

Direzione Tecnica: Happy Donkeys Tour, T.O. , company Number 08725739

26 Dicembre

Appuntamento: h 9 a Norcia (Emporio della Sibilla); h 10.00 Rifugio di Colle Le Cese, Forca Canapine

SMALTIAMO IL NATALE! X EDIZIONE INTERNAZIONALE !!!

A grande richiesta ... l'escursione ormai segnalata dall'ordine dei dietologi, introduttiva alla dieta post-natalizia, lenitiva del senso di colpa da opulenza festiva , consumo calorico garantito...ehmmricca merenda di reintegrazione alimentare all'arrivo.

NON MANCATE!!!

L'escursione si sviluppa ad anello lungo parte del crinale che collega la località Colle Le Cese a Forca di Presta offrendo panorami unici sia sui Monti della Laga che sui Monti Sibillini attraverso suggestivi boschi di faggio secolari.

Durata: 4 ore; Dislivello: 200; Difficoltà: E - Molto adatta anche a famiglie con bambini

Quota individuale: € 30 compreso della "merenda ristoro" del Rifugio e noleggio racchette da neve

27 Dicembre

Appuntamento: h 9.00 presso a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 10.00 a Castelluccio di Norcia

CIASPOLATA : PIANO DI SAN LORENZO - PIAN PERDUTO (SULLE ORME DEL GUERIN MESCHINO)

Ciaspolata da Monte Prata , Piano di San Lorenzo, "Portella del Vao", Pian Perduto. Percorso facile, adatto ad ogni passo !

Durata: 3-4 ore; Dislivello: 100; Difficoltà: E - PER TUTTI

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.

Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.

28 Dicembre

Appuntamento:h 9.00 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 10.00 a Castelluccio di Norcia.

CIASPOLATA IN VAL DI CANATRA (CASTELLUCCIO DI NORCIA)

Passeggiata con le ciaspole nel silenzio ovattato dei secolari boschi della Val Canatra, tra fiabeschi scorci panoramici sui piani di Castelluccio ed osservazione delle tracce degli animali selvatici sulla neve.

Durata: 4 ore; Dislivello: 200; Difficoltà: E

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.

Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.

29 Dicembre

Appuntamento: h 9.00 presso il negozio Emporio della Sibilla a Norcia oppure h 10.00 a Forca Canapine Rif. Genziana.

CIASPOLATA AI PANTANI DI ACCUMOLI

Ciaspolata ai "laghetti" gelati di Accumoli, biotopo di interesse comunitario, tra pascoli innevati e faggete.

Panorama dai Monti della Laga, al massiccio del Terminillo, ai Monti dell'Umbria centrale e sui Sibillini.

Durata: 3-4 ore; Dislivello: 150; Difficoltà: E - Molto adatta anche a famiglie con bambini

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.

Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.

30 Dicembre

Appuntamento:h 9.00 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 10.00 a Castelluccio di Norcia.

CIASPOLATA NEI PRESSI DI CASTELLUCCIO DI NORCIA: COLLI ALTI E BASSI

Facile ciaspolata nel labirinto di colline antistanti il paesino di Castelluccio. Affascinanti scorci paesaggistici e panoramici. Divertente e alla portata di tutti!

Durata: 3 ore; Dislivello: 250; Difficoltà: E - PER TUTTI

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.

Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.

31 Dicembre

Appuntamento: h 9 a Norcia (Emporio della Sibilla); h 10.00 Rifugio di Colle Le Cese, Forca Canapine

CIASPOLATA AL MONTE MACCHIALTA

L'escursione si sviluppa ad anello lungo parte del crinale che collega la località Colle Le Cese a Forca di Presta offrendo panorami unici sia sui Monti della Laga che sui Monti Sibillini attraverso suggestivi boschi di faggio secolari.

Orario e luogo di ritrovo: h 9 a Norcia (Emporio della Sibilla); h 10.00 Rifugio di Colle Le Cese, Forca Canapine

Durata: 4 ore; Dislivello: 200; Difficoltà: E - PER TUTTI

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.

Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.

31 Dicembre

Appuntamento: h 16.30 presso il Rifugio di Colle Le Cese, Forca Canapine

CIASPOLATA - FESTA DI CAPODANNO IN RIFUGIO A COLLE LE CESE !!!

Ciaspolata e Cenone di Capodanno al Rifugio di Colle Le Cese con brindisi di mezzanotte e ciaspolata lungo l'anello di Monte Macchia Alta, sotto un cielo ancora illuminato dalla luna, da poco calante.

Durata escursione: 3 ore; Dislivello: 150; Difficoltà: E - PER TUTTI

Quota individuale: € 80 compreso noleggio ciaspole, Cenone di Capodanno e festa in Rifugio.

1 Gennaio

Appuntamento: h 10.30 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 11.30 a Castelluccio di Norcia

CIASPOLATA DI CAPODANNO DA MONTE PRATA AL PIAN PERDUTO (CASTELLUCCIO DI NORCIA)

Ciaspolata da Monte Prata nel Piano di San Lorenzo e attraverso la "portella del Vao" lungo il Pian Perduto. Per

La Mulattiera Società Cooperativa

Via Blasi 26, Loc. Ancarano, 06046 Norcia, P.IVA 02543550541, Iscrizione Albo Società Cooperative n. A173642

Tel. 0743820051 - Cell. 339 4513189 - http: www.lamulattiera.it - e-mail: info@lamulattiera.it .

Direzione Tecnica: Happy Donkeys Tour, T.O. , company Number 08725739

ricongiungersi con la natura e con se stessi dopo le "follie" del veglione!

Durata: 3-4 ore; Dislivello: 100; Difficoltà: E - PER TUTTI

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.

Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.



2 Gennaio

Appuntamento: h 15.00 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 16.00 al Rif. Colle le Cese-Forca Canapine

CIASPOLATA NOTTURNA A COLLE LE CESE

Dal calore del Rifugio (dove poi torneremo) le stelle ci porteranno in giro nei boschi e monti circostanti il Pian Piccolo.

Per quelli che ... "speravo che alla ciaspolata ci fossero più uomini/donne", cena in Rifugio con prodotti tipici a prezzo ... da rifugio!

Durata: 3 ore; Dislivello: 300; Difficoltà: E - PER TUTTI

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve e vin brulé; € 20 cena in Rifugio.

3 Gennaio

Appuntamento: h 9.00 presso il negozio Emporio della Sibilla a Norcia, o h 10.00 al valico di Norcia. Durata: 3 ore;

CIASPOLATA AL MONTE GUIDONE

In mezzo ai piani, panorama a 360 gradi.

Passeggiata facile e divertente, con lunga discesa finale in libertà.

Dislivello: 250; Difficoltà: E

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.

Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.

4 Gennaio

Appuntamento: h 9.00 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 10.00 a Colle Le Cese.

CIASPOLATA SUL PIAN PICCOLO

Passeggiata ad anello che, partendo dal rifugio di Colle le Cese, scende attraverso i boschi di faggio fino a giungere al Pian Piccolo.

Durata: 4 ore; Dislivello: 200; Difficoltà: E

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.

Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.



5 Gennaio

Appuntamento: ore 15.00 Norcia (Emporio della Sibilla) ore 16.00 Rif. Colle le Cese

"LA BEFANA VIEN DI NOTTE, CON LE CIASPOLE TUTTE ROTTE"

CIASPOLATA A COLLE LE CESE

Ciaspolata speciale per la notte della Befana, dedicata a tutti, anche ai bambini, che al ritorno estrarranno dalla calza ...

Cena gratis per chi vede la befana che vola sulla scopa....prima ancora di bere il vin brulé!!

Durata: 3 ore; Dislivello: 200; Difficoltà: E - Molto adatta a famiglie con bambini

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve e vin brulé; € 20 cena in Rifugio.

6 Gennaio

Appuntamento: h 9.00 presso il negozio Emporio della Sibilla a Norcia oppure h 10.00 a Forca Canapine Rif. Genziana.

CIASPOLATA AI PANTANI DI ACCUMOLI

Ciaspolata ai "laghetti" gelati di Accumoli, biotopo di interesse comunitario, tra pascoli innevati e faggete.

Panorama dai Monti della Laga, al massiccio del Terminillo, ai Monti dell'Umbria centrale e sui Sibillini.

Appuntamento: h 9.00 presso il negozio Emporio della Sibilla a Norcia oppure h 10.00 a Forca Canapine Rif. Genziana.

Durata: 3-4 ore; Dislivello: 150; Difficoltà: E - Molto adatta anche a famiglie con bambini

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.

Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.



9 Gennaio

Appuntamento: h 15.00 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 16.00 a Forca Canapine.

MILIONI DI STELLE : NOTTE DA ASTROFILI, SENZA LUNA !

CIASPOLATA NOTTURNA AI PANTANI DI ACCUMOLI

Milioni di stelle a illuminare il sentiero di confine tra Regno di Napoli e Stato Pontificio, ai Pantani di Accumoli.

Rigenerante vin brulé a metà percorso.

Per quelli che ... "io alla ciaspolata ci sono venuto per dimagrire " , possibilità di cena in rifugio con cuoca simpatica e prodotti tipici !!!

Durata: 3-4 ore; Dislivello: 150; Difficoltà: E - Adatta anche a famiglie con bambini

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve e vin brulé; € 20 cena in Rifugio.

10 Gennaio

Appuntamento: h 9.00 presso a Norcia presso l'Emporio della Sibilla oppure h 10.00 a Castelluccio di Norcia

"SNOW FOOD" A POGGIO DI CROCE

Ciaspolata ad anello da Castelluccio, dai boschi della Val di Canatra, agli spazi aperti di Poggio di Croce.

Degustazioni e pasto a base di prodotti tipici nel corso della passeggiata (formaggi, salumi, dolci, vin brulé)

La Mulattiera Società Cooperativa

Via Blasi 26, Loc. Ancarano, 06046 Norcia, P.IVA 02543550541, Iscrizione Albo Società Cooperative n. A173642

Tel. 0743820051 - Cell. 339 4513189 - http: www.lamulattiera.it - e-mail: info@lamulattiera.it .

Direzione Tecnica: Happy Donkeys Tour, T.O. , company Number 08725739

Durata: 3-4 ore; Dislivello: 300; Difficoltà: E – PER TUTTI
Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve. € 12 pasto e degustazioni
Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.

10 Gennaio

Appuntamento: h 9.00 a Santa Anatolia di Narco, parcheggio davanti a palazzo del Comune
LA VALLE DELLA META, IACCIO CRUDELE, SELLA DI LEONESSA DAL RIFUGIO FONTENUOVA (MONTE TERMINILLO)

La faccia nascosta del Terminillo, un ambiente che non t'aspetti, grandi boschi di faggi sovrastati dalle creste dei Sassatelli, come piccole Dolomiti.

Durata: 5/6 ore; Dislivello: 500; Difficoltà: E
Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve

14 Gennaio

Appuntamento: h 9.00 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 10.00 a Colle Le Cese.

CIASPOLATA DI SAN PONZIANO, FESTA DI SPOLETO

Passeggiata ad anello che, partendo dal rifugio di Colle le Cese, scende attraverso i boschi di faggio fino a giungere al Pian Piccolo. Crescinda e brulè per tutti!

Durata: 4 ore; Dislivello: 200; Difficoltà: E
Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.
Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.



16 Gennaio

Appuntamento: H 15.00 Norcia (Emporio della Sibilla) o h 16.00 a Castelluccio di Norcia.

CIASPOLATA NOTTURNA IN VAL DI CANATRA (CASTELLUCCIO DI NORCIA)

Tra boschi e monti ricoperti di neve, rimanere incantati sotto il cielo stellato e..... gustare insieme un rigenerante vin brulè a metà percorso.

Per quelli che ... "dopo la ciaspolata , niente di meglio di un piatto caldo", cena a base di prodotti tipici a prezzo ... amichevole.

Durata: 3 ore; Dislivello: 300; Difficoltà: E - PER TUTTI
Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve e vin brulè; € 20 cena in Rifugio.

17 Gennaio

Appuntamento: h 9.00 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 10.00 a Colle Le Cese.

CIASPOLATA SUL PIAN PICCOLO

Passeggiata ad anello che, partendo dal rifugio di Colle le Cese, scende attraverso i boschi di faggio fino a giungere al Pian Piccolo.

Durata: 4 ore; Dislivello: 200; Difficoltà: E
Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.
Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.

17 Gennaio

LE GRANDI CIASPOLATE

Appuntamento: h 9.00 a Norcia (Emporio della Sibilla)

TRAVERSATA DI MONTE ALVAGNANO DA FORCA DELLA CIVITA A PESCIA

Un angolo poco frequentato della montagna di Norcia, dove la solitudine incontra grandi panorami

Durata: 5 ore; Dislivello: 500; Difficoltà: E
Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve



23 Gennaio

Appuntamento: h 15.00 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 16 al Rif. Colle le Cese di Forca Canapine.

FULL MOON!!! (= LUNA PIENA!!!)

Ciaspolata Notturna. Con la luna che illumina a giorno, emozionante passeggiata al Monte Macchialta: panorama , emozione e ... vin brulè (come sempre, di Amedea!).

Per quelli che ... "la ciaspolata è bella ma fa venire fame" , possibilità di cena presso il rifugio Colle le Cese ; prodotti tipici , prezzo ... anche !

Durata: 3 ore; Dislivello: 300; Difficoltà: E - PER TUTTI
Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve e vin brulè; € 20 cena in Rifugio.

24 Gennaio

Appuntamento: h 9.00 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 10.00 a Castelluccio di Norcia.

CIASPOLATA IN VAL DI CANATRA (CASTELLUCCIO DI NORCIA)

Nel silenzio ovattato dei boschi della Val Canatra, fiabeschi scorci panoramici sui piani di Castelluccio , osservazione delle tracce degli animali selvatici sulla neve. Divertente ed emozionante discesa finale.

Durata: 4 ore; Dislivello: 200; Difficoltà: E - PER TUTTI
Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.
Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.

29 Gennaio

La Mulattiera Società Cooperativa

Via Blasi 26, Loc. Ancarano, 06046 Norcia, P.IVA 02543550541, Iscrizione Albo Società Cooperative n. A173642
Tel. 0743820051 - Cell. 339 4513189 – http: www.lamulattiera.it - e-mail: info@lamulattiera.it .
Direzione Tecnica: Happy Donkeys Tour, T.O. , company Number 08725739

Appuntamento: h 9.00 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 10.00 a Castelluccio di Norcia.

CIASPOLATA DI SAN COSTANZO, FESTA DI PERUGIA, AI PANTANI DI ACCUMOLI

Ciaspolata ai "laghetti" gelati di Accumoli, biotopo di interesse comunitario, tra pascoli innevati e faggete.

Panorama dai Monti della Laga, al massiccio del Terminillo, ai Monti dell'Umbria centrale e sui Sibillini. Torcolo e Vin santo e latte e miele locale!

Appuntamento: h 9.00 presso il negozio Emporio della Sibilla a Norcia oppure h 10.00 a Forca Canapine Rif. Genziana.

Durata: 3-4 ore; Dislivello: 150; Difficoltà: E - Molto adatta anche a famiglie con bambini

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.

Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.



30 Gennaio

Appuntamento: h 15.00 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 16.00 al Rif. Perugia.

CIASPOLATA NOTTURNA DEI DUE VALICHI

Ciaspolata e fiaccolata tra i boschi e le colline coperte di neve dal Rifugio Perugia a Colle Le Cese. Vin Brulè e dolci, come al solito, di ... Amedea !!!

Per quelli che ... "mi hanno portato a fare la ciaspolata, ma la prossima volta mi fermo prima " , cena in Rifugio con prodotti tipici a prezzo ... amichevole.

Durata: 3 ore; Dislivello: 200; Difficoltà: E - PER TUTTI

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve e vin brulè; € 20 cena in Rifugio.

31 Gennaio

Appuntamento: h 9 a Norcia (Emporio della Sibilla); h 10.00 Rifugio di Colle Le Cese, Forca Canapine

CIASPOLATA AL MONTE MACCHIALTA

L'escursione si sviluppa ad anello lungo parte del crinale che collega la località Colle Le Cese a Forca di Presta offrendo panorami unici sia sui Monti della Laga che sui Monti Sibillini attraverso suggestivi boschi di faggio secolari.

Orario e luogo di ritrovo: h 9 a Norcia (Emporio della Sibilla); h 10.00 Rifugio di Colle Le Cese, Forca Canapine

Durata: 4 ore; Dislivello: 200; Difficoltà: E - PER TUTTI

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.

Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.

31 Gennaio

LE GRANDI CIASPOLATE

Appuntamento: h 9 a Norcia (Emporio della Sibilla); h 10.00 a Castelluccio di Norcia

GIRO DELLA VAL DI CANATRA, SALITA AL POGGIO DI CROCE, MONTE DELLE ROSE (CASTELLUCCIO DI NORCIA)

Nel silenzio ovattato dei boschi della Val di Canatra, fiabeschi scorci sui piani di Castelluccio di Norcia, osservazione delle tracce degli animali selvatici sulla neve.

Durata: 5 ore; Dislivello: 500; Difficoltà: E

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.



6 Febbraio

Appuntamento: h 15.00 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 16.00 a Forca Canapine.

CIASPOLATA E FESTA DI CARNEVALE IN RIFUGIO!

Milioni di stelle a illuminare il sentiero di confine tra Regno di Napoli e Stato Pontificio, ai Pantani di Accumoli.

Rigenerante vin brulè a metà percorso.

Per quelli che ... "io alla ciaspolata ci sono venuto per dimagrire " , possibilità di cena in rifugio con cuoca simpatica e prodotti tipici !!!

Durata: 3-4 ore; Dislivello: 150; Difficoltà: E - Adatta anche a famiglie con bambini

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve e vin brulè; € 25 cena e festa in Rifugio.

7 Febbraio

Appuntamento: h 9.00 presso a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 10.00 a Castelluccio di Norcia

CIASPOLATA FORCA DI PRESTA - PIAN PICCOLO

Ciaspolata ad anello da Forca di Presta al Pian Piccolo. Prima il panorama, poi una bella discesa tra i boschi.

Durata: 3-4 ore; Dislivello: 100; Difficoltà: E - PER TUTTI

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.

Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.



13 Febbraio

Appuntamento: h 15.00 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 16.00 al Rif. Colle le Cese-Forca Canapine

CIASPOLATA NOTTURNA A COLLE LE CESE

Dal calore del Rifugio (dove poi torneremo) le stelle ci porteranno in giro nei boschi e monti circostanti il Piano Piccolo.

Per quelli che ... "speravo che alla ciaspolata c'erano più uomini/donne", cena in Rifugio con prodotti tipici a prezzo ... da rifugio!

Durata: 3 ore; Dislivello: 300; Difficoltà: E - PER TUTTI

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve e vin brulè; € 20 cena in Rifugio.

14 Febbraio

La Mulattiera Società Cooperativa

Via Blasi 26, Loc. Ancarano, 06046 Norcia, P.IVA 02543550541, Iscrizione Albo Società Cooperative n. A173642

Tel. 0743820051 - Cell. 339 4513189 - http: www.lamulattiera.it - e-mail: info@lamulattiera.it .

Direzione Tecnica: Happy Donkeys Tour, T.O. , company Number 08725739

Appuntamento: h 9.00 presso il negozio Emporio della Sibilla a Norcia oppure h 10.00 a Forca Canapine Rif. Genziana.

CIASPOLATA AI PANTANI DI ACCUMOLI (E FESTA DI SAN VALENTINO)

Ciaspolata ai "laghetti" gelati di Accumoli, biotopo di interesse comunitario, tra pascoli innevati e faggete.

Panorama dai Monti della Laga, al massiccio del Terminillo, ai Monti dell'Umbria centrale e sui Sibillini.

Brindisi per San Valentino e per tutti i, volenti o nolenti, coinvolti ...

Appuntamento: h 9.00 presso il negozio Emporio della Sibilla a Norcia oppure h 10.00 a Forca Canapine Rif. Genziana.

Durata: 3-4 ore; Dislivello: 150; Difficoltà: E - Molto adatta anche a famiglie con bambini

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.

Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.

14 Febbraio

LE GRANDI CIASPOLATE

Appuntamento: h 9.00 presso il negozio Emporio della Sibilla a Norcia oppure h 10.00 a Forca Canapine Rif. Genziana.

TRAVERSATA DI MACCHIA CAVALIERA, CON RITORNO PER IL PIAN PICCOLO (DA COLLE LE CESE A FORCA DI PRESTA)

Lungo itinerario a cavallo tra i piani di Castelluccio e la valle del Tronto, grandi scorci sui Monti della Laga e le cime del Redentore.

Durata: 5/6 ore; Dislivello: 300; Difficoltà: E

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve



20 Febbraio

Appuntamento: h 15.30 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 16.30 al Rif. Colle le Cese di Forca Canapine.

FULL MOON !!! (= QUASI LUNA PIENA!!!)

Ciaspolata illuminata da una splendida luna. Illuminati a giorno, emozionante passeggiata al Monte Guadone: panorama notturno e ... vin brulè (come sempre, di Amedea!). Panorama a 360 gradi.

Passeggiata facile e divertente, con lunga discesa finale in libertà.

Per quelli che ... "camminare sì, ma dopo ..." , cena presso il Rifugio , con prodotti tipici , prezzo ... anche !

Durata: 3 ore; Dislivello: 300; Difficoltà: E - PER TUTTI

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve e vin brulè; € 20 cena in Rifugio.

21 Febbraio

Appuntamento: h 9 a Norcia (Emporio della Sibilla); h 10.00 Rifugio di Colle Le Cese, Forca Canapine

CIASPOLATA AL MONTE MACCHIALTA

L'escursione si sviluppa ad anello lungo parte del crinale che collega la località Colle le Cese a Forca di Presta offrendo panorami unici sia sui Monti della Laga che sui Monti Sibillini attraverso suggestivi boschi di faggio secolari.

Durata: 4 ore; Dislivello: 200; Difficoltà: E - PER TUTTI

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.

Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.



27 Febbraio

Appuntamento: h 15.30 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 16.30 al Rif. Colle le Cese-Forca Canapine.

CIASPOLATA NOTTURNA A COLLE LE CESE

Ciaspolata per apprezzare anche di notte il magico silenzio del bosco e dei monti ricoperti di neve, per rimanere incantati ad osservare milioni di stelle e la luna che fa brillare tutto di bianco e.... per gustare insieme un rigenerante vin brulè a metà percorso.

Per quelli che ... "in montagna i sapori sono diversi" , cena in Rifugio a base di prodotti tipici , prezzo anche ... tipico!

Durata: 3 ore; Dislivello: 300; Difficoltà: E- PER TUTTI

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve e vin brulè; € 20 cena in Rifugio.

28 Febbraio

Appuntamento: h 9.00 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 10.00 a Castelluccio di Norcia.

"SNOW FOOD" + CIASPOLATA NEI PRESSI DI CASTELLUCCIO DI NORCIA: COLLI ALTI E BASSI

Facile ciaspolata nel labirinto di colline antistanti il paesino di Castelluccio. Affascinanti scorci paesaggistici e panoramici. Divertente e alla portata di tutti! Degustazioni e pasto a base di prodotti tipici nel corso della passeggiata (formaggi, salumi, dolci, vin brulè)

Durata: 3 ore; Dislivello: 250; Difficoltà: E - PER TUTTI

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve. € 12 pasto e degustazioni

28 Febbraio

LE GRANDI CIASPOLATE

Appuntamento: h 9.00 a Norcia (Emporio della Sibilla) e poi partenza

LAGO SECCO E LAGO DELLA SELVA DA POGGIO D'API AD ILLICA (MONTI DELLA LAGA)

Piccoli paesi quasi persi ai piedi delle montagne. I Monti della Laga sono morbide linee che separano grandi dislivelli. Le foreste echeggiano del nostro respiro.

Durata: 5/6 ore; Dislivello: 500; Difficoltà: E

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve



5 Marzo

La Mulattiera Società Cooperativa

Via Blasi 26, Loc. Ancarano, 06046 Norcia, P.IVA 02543550541, Iscrizione Albo Società Cooperative n. A173642

Tel. 0743820051 - Cell. 339 4513189 - http: www.lamulattiera.it - e-mail: info@lamulattiera.it .

Direzione Tecnica: Happy Donkeys Tour, T.O. , company Number 08725739

Appuntamento: H 15.30 Norcia (Emporio della Sibilla) o h 16.30 a Castelluccio di Norcia.

MILIONI DI STELLE!!!

CIASPOLATA NOTTURNA IN VAL DI CANATRA (CASTELLUCCIO DI NORCIA)

Tra boschi e monti ricoperti di neve, rimanere incantati sotto il cielo stellato e..... gustare insieme un rigenerante vin brulé a metà percorso.

Per quelli che ... "dopo la ciaspolata , niente di meglio di un piatto caldo", cena a base di prodotti tipici a prezzo ... amichevole.

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve e vin brulé; € 20 cena in Rifugio.

6 Marzo

Appuntamento: h 9.00 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 10.00 a Castelluccio di Norcia.

CIASPOLATA IN VAL DI CANATRA (CASTELLUCCIO DI NORCIA)

Nel silenzio ovattato dei boschi della Val Canatra, fiabeschi scorci panoramici sui piani di Castelluccio , osservazione delle tracce degli animali selvatici sulla neve. Divertente ed emozionante discesa finale.

Durata: 4 ore; Dislivello: 200; Difficoltà: E - PER TUTTI

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.

Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.

8 Marzo



Appuntamento: h 15.30 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 16.30 a Forca Canapine.

CIASPOLATA NOTTURNA DELLE FATE (E DELLE DONNE!)

Una volta a Castelluccio le fate, o streghe, venivano a ballare la notte, per poi rifugiarsi nei loro rifugi sulla montagna. Noi le andiamo a cercare !

Cena allegra solo per le fate a Castelluccio !!!

Durata: 3-4 ore; Dislivello: 150; Difficoltà: E - Adatta anche a tacchi a spillo e piedi di capra

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve e vin brulé; € 20 cena in Rifugio.

12 Marzo



Appuntamento: h 15.30 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 16.30 a Forca Canapine.

CIASPOLATA NOTTURNA AI PANTANI DI ACCUMOLI

Milioni di stelle a illuminare il sentiero di confine tra Regno di Napoli e Stato Pontificio, ai Pantani di Accumoli.

Rigenerante vin brulé a metà percorso.

Per quelli che ... "io alla ciaspolata ci sono venuto per dimagrire " , possibilità di cena in rifugio con cuoca simpatica e prodotti tipici !!!

Durata: 3-4 ore; Dislivello: 150; Difficoltà: E - Adatta anche a famiglie con bambini

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve e vin brulé; € 20 cena in Rifugio.

13 Marzo

Appuntamento: h 9.00 presso a Norcia presso l'Emporio della Sibilla oppure h 10.00 a Castelluccio di Norcia

POGGIO DI CROCE

Ciaspolata ad anello da Castelluccio , dai boschi della Val di Canatra, agli spazi aperti di Poggio di Croce.

Durata: 3-4 ore; Dislivello: 300; Difficoltà: E - PER TUTTI

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.

Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.

19 Marzo



Appuntamento: H 15.30 Norcia (Emporio della Sibilla) o h 16.30 a Castelluccio di Norcia.

LUNA QUASI PIENA IN VAL DI CANATRA (CASTELLUCCIO DI NORCIA)

Tra boschi e monti ricoperti di neve, rimanere incantati sotto il cielo stellato e..... gustare insieme un rigenerante vin brulé a metà percorso.

Per quelli che ... "dopo la ciaspolata , niente di meglio di un piatto caldo", cena a base di prodotti tipici a prezzo ... amichevole.

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve e vin brulé; € 20 cena in Rifugio.

20 Marzo

Appuntamento: h 9.00 presso a Norcia presso l'Emporio della Sibilla oppure h 10.00 a Castelluccio di Norcia

MONTE LIETO

Ciaspolata ad anello dal Valico della Cona , panoramica, e con lunga discesa finale emozionante ed unica nei Sibillini.

Durata: 5 ore; Dislivello: 500; Difficoltà: E

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.

Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.

26 Marzo



Appuntamento: h 15.30 a Norcia (Emporio della Sibilla) oppure h 16.30 al Rif. Colle le Cese-Forca Canapine

CIASPOLATA NOTTURNA A COLLE LE CESE

Dal calore del Rifugio (dove poi torneremo) le stelle ci porteranno in giro nei boschi e monti circostanti il Piano Piccolo.

Per quelli che ... "speravo che alla ciaspolata c'erano più uomini/donne", cena in Rifugio con prodotti tipici a prezzo ...

La Mulattiera Società Cooperativa

Via Blasi 26, Loc. Ancarano, 06046 Norcia, P.IVA 02543550541, Iscrizione Albo Società Cooperative n. A173642

Tel. 0743820051 - Cell. 339 4513189 – http: www.lamulattiera.it - e-mail: info@lamulattiera.it .

Direzione Tecnica: Happy Donkeys Tour, T.O. , company Number 08725739

da rifugio!

Durata: 3 ore; Dislivello: 300; Difficoltà: E - PER TUTTI

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve e vin brulé; € 20 cena in Rifugio.

27 Marzo

Appuntamento: h 9.00 presso il negozio Emporio della Sibilla a Norcia oppure h 10.00 a Forca Canapine Rif. Genziana.

PASQUA CON LE CIASPOLE AI PANTANI DI ACCUMOLI

Ciaspolata ai "laghetti" gelati di Accumoli, biotopo di interesse comunitario, tra pascoli innevati e faggete.

Panorama dai Monti della Laga, al massiccio del Terminillo, ai Monti dell'Umbria centrale e sui Sibillini.

Appuntamento: h 9.00 presso il negozio Emporio della Sibilla a Norcia oppure h 10.00 a Forca Canapine Rif. Genziana.

Durata: 3-4 ore; Dislivello: 150; Difficoltà: E - Molto adatta anche a famiglie con bambini

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve.

Dopo l'escursione, allegra sosta gastronomica con polenta o altri piatti montani in Rifugio o Locanda locale.

28 Marzo

Appuntamento: h 9 a Norcia (Emporio della Sibilla); h 10.00 Rifugio di Colle Le Cese, Forca Canapine

PASQUETTA "SNOW FOOD" + CIASPOLATA AL MONTE MACCHIALTA

L'escursione si sviluppa ad anello lungo parte del crinale che collega la località Colle le Cese a Forca di Presta offrendo panorami unici sia sui Monti della Laga che sui Monti Sibillini attraverso suggestivi boschi di faggio secolari.

Degustazioni e pasto a base di prodotti tipici nel corso della passeggiata (formaggi, salumi, dolci, vin brulé)

Durata: 4 ore; Dislivello: 200; Difficoltà: E - PER TUTTI

Quota individuale: € 18 compreso noleggio racchette da neve. € 12 pasto e degustazioni

WEEKEND ESCURSIONISTICI E PROPOSTE DI SOGGIORNO ATTIVO **SULLA NEVE E OLTRE**

TUTTI I FINE SETTIMANA

Programma generico:

Arrivo sabato pomeriggio ed escursione notturna con cena

Domenica escursione con racchette da neve secondo programma escursionistico Guide del Parco

Quota individuale:

€ 75 adesione all'intero programma con pernottamento e pasti in Rifugio (prezzo per la camera multipla)

La Mulattiera Società Cooperativa

Via Blasi 26, Loc. Ancarano, 06046 Norcia, P.IVA 02543550541, Iscrizione Albo Società Cooperative n. A173642

Tel. 0743820051 - Cell. 339 4513189 - http: www.lamulattiera.it - e-mail: info@lamulattiera.it .

Direzione Tecnica: Happy Donkeys Tour, T.O. , company Number 08725739