



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>

Calendario Escursionistico Estate 2015 Parco Nazionale dei Monti Sibillini, Valnerina, Monti della Laga

Venerdì 31 Luglio FULL MOON !	Ritrovo: ore 18.45 Emporio della Sibilla, Norcia - Ore 21.30 Colle Le Cese, Forca Canapine. ASINI E LUNA ! (LUNA PIENA) <i>Escursione notturna con gli asini, per osservare la notte e il cielo stellato sopra gli spazi aerei dei Piani di Castelluccio di Norcia</i> Durata: 3 ore , Dislivello: 200 m; Difficoltà: E Quota individuale: € 18. Cena eventuale in Rifugio solo su richiesta, € 20
Sabato 1 agosto	Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine). ESCURSIONE CON GLI ASINI: DA COLLE LE CESE AL MONTE MACCHIALTA <i>Escursione con gli asini sui panorami di Castelluccio di Norcia.</i> Durata: 4/5 ore; Dislivello: 250 m; Difficoltà: E. Quota individuale: € 30 + € 10 rimborso spese pranzo
Sabato 1 agosto	Ritrovo: ore 15.30 a Colle Le Cese (Forca Canapine) SPECIALE FAMIGLIE : IL SABATO DEDICATO AI BAMBINI CON GLI ASINI + LA GRANDE PIZZA <i>Pomeriggio di giochi per famiglie con gli asini – Dopo ... impariamo a fare e a mangiare la pizza !</i> Durata: 2/3 ore; Dislivello: 100 m; Difficoltà: T (nulla) Quota individuale: € 20, compresa pizzata dopo l'escursione
Domenica 2 agosto	Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine) ESCURSIONE CON GLI ASINI DAL RIFUGIO COLLE LE CESE AI PANTANI DI ACCUMULI <i>Passeggiata rilassante verso i laghetti degli altipiani.</i> Durata: 4/5 ore; Dislivello: 200 m; Difficoltà: E Quota individuale: €30 + €10 rimborso spese pranzo al basto "Mulo-bar"
Sabato 8 agosto	Ritrovo: ore 15.30 a Colle Le Cese (Forca Canapine) SPECIALE FAMIGLIE : IL SABATO DEDICATO AI BAMBINI CON GLI ASINI + LA GRANDE PIZZA <i>Pomeriggio di giochi per famiglie con gli asini – Dopo ... impariamo a fare e a mangiare la pizza !</i> Durata: 2/3 ore; Dislivello: 100 m; Difficoltà: T (nulla) Quota individuale: € 20, compresa pizzata dopo l'escursione

Domenica 09 agosto	<p>Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine). ESCURSIONE CON GLI ASINI: DA COLLE LE CESE AL MONTE GUIDONE <i>Escursione con gli asini sui panorami di Castelluccio di Norcia.</i> Durata: 4/5 ore; Dislivello: 200 m; Difficoltà: E. Quota individuale: €30 + €10 rimborso spese pranzo al basto dal Mulo-bar</p>
Lunedì 10 agosto	<p>Ritrovo: ore 18.45 Emporio della Sibilla, Norcia - 21.30 Colle Le Cese, Forca Canapine. SAN LORENZO: LA NOTTE E' PICCOLA ... DA FORCA CANAPINE ALLA MONTAGNA DEI SIGNORI <i>Una notte di San Lorenzo speciale, tra i Pantani di Accumoli, la Montagna dei Signori, i panorami sulle ampie vallate. Rientro a notte fonda</i> Durata: 3 ore; Dislivello: 200 m.; Difficoltà: E Quota individuale: € 15 ; cena (opzionale): € 20</p>
Sabato 15 agosto	<p>Ritrovo: ore 10.00 a Colle Le Cese (Forca Canapine) SPECIALE: GIORNATA PER FAMIGLIE CON GLI ASINI!!! FAMILY DAY <i>Giornata speciale sui pascoli di Forca Canapine con gli asini.</i> Durata: 3 ore; Dislivello: 150 m; Difficoltà: E; Costo escursione + Pranzo in Rifugio: € 35</p>
Domenica 16 agosto	<p>Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine) ESCURSIONE CON GLI ASINI DA COLLE LE CESE A FORCA DI PRESTA <i>Passeggiata tra gli spazi aerei sopra i Piani di Castelluccio di Norcia.</i> Durata: 5 ore; Dislivello: 300; Difficoltà: E Quota individuale: €30 + €10 rimborso spese pranzo al basto dal Mulo-bar</p>
Sabato 22 agosto	<p>Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine). ESCURSIONE CON GLI ASINI: DA COLLE LE CESE AL MONTE MACCHIALTA <i>Escursione con gli asini sui panorami di Castelluccio di Norcia.</i> Durata: 4/5 ore; Dislivello: 250 m; Difficoltà: E. Quota individuale: € 30 + € 10 rimborso spese pranzo</p>
Sabato 22 agosto	<p>Ritrovo: ore 15.30 a Colle Le Cese (Forca Canapine) SPECIALE FAMIGLIE : IL SABATO DEDICATO AI BAMBINI CON GLI ASINI + LA GRANDE PIZZA <i>Pomeriggio di giochi per famiglie con gli asini – Dopo ... impariamo a fare e a mangiare la pizza !</i> Durata: 2/3 ore; Dislivello: 100 m; Difficoltà: T (nulla) Quota individuale: € 20, compresa pizzata dopo l'escursione</p>
Sabato 22 agosto	<p>Ritrovo: ore 18.45 Emporio della Sibilla, Norcia - 21.30 Colle Le Cese, Forca Canapine. DALLE STALLE ... ALLE STELLE ! <i>Escursione notturna con gli asini, per osservare la notte e il cielo stellato sopra gli spazi aerei dei Piani di Castelluccio di Norcia .</i> Durata: 3 ore , Dislivello: 200 m; Difficoltà: E Quota individuale: € 18. Cena eventuale in Rifugio solo su richiesta, € 20</p>

Domenica 23 agosto	Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine) ESCURSIONE CON GLI ASINI DAL RIFUGIO COLLE LE CESE AI PANTANI DI ACCUMULI <i>Passeggiata rilassante verso i laghetti degli altipiani.</i> Durata: 4/5 ore; Dislivello: 200 m; Difficoltà: E Quota individuale: €30 + €10 rimborso spese pranzo al basto "Mulo-bar"
Sabato 29 agosto	Ritrovo: ore 15.30 a Colle Le Cese (Forca Canapine) SPECIALE FAMIGLIE : IL SABATO DEDICATO AI BAMBINI CON GLI ASINI + LA GRANDE PIZZA <i>Pomeriggio di giochi per famiglie con gli asini – Dopo ... impariamo a fare e a mangiare la pizza !</i> Durata: 2/3 ore; Dislivello: 100 m; Difficoltà: T (nulla) Quota individuale: € 20, compresa pizzata dopo l'escursione
Sabato 29 agosto FULL MOON!	Ritrovo: ore 18.45 Emporio della Sibilla, Norcia - Ore 21.30 Colle Le Cese, Forca Canapine. ASINI E LUNA ! (LUNA PIENA) <i>Escursione notturna con gli asini, per osservare la notte e il cielo stellato sopra gli spazi aerei dei Piani di Castelluccio di Norcia</i> Durata: 3 ore , Dislivello: 200 m; Difficoltà: E Quota individuale: € 18. Cena eventuale in Rifugio solo su richiesta, € 20
Domenica 30 agosto	Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine). ESCURSIONE CON GLI ASINI: DA COLLE LE CESE AL MONTE GUIDONE <i>Escursione con gli asini sui panorami di Castelluccio di Norcia.</i> Durata: 4/5 ore; Dislivello: 200 m; Difficoltà: E. Quota individuale: €30 + €10 rimborso spese pranzo al basto dal Mulo-bar
Sabato 5 e Domenica 6 settembre	Ritrovo: ore 10.00 a Paganelli di Norcia TREKKING LOW COST CON ASINI E MULI 1° GIORNO: DA PAGANELLI A COLLE LE CESE Recupero degli autisti da Colle Le Cese a Paganelli, in caso di rientro Durata: 5 ore; Dislivello: 700; Difficoltà: E 2° GIORNO: DA COLLE LE CESE A PAGANELLI Durata: 5 ore; Dislivello: 100; Difficoltà: E Quota individuale: € 100 (pernottamento in camerata in rifugio, supplemento eventuale per altra sistemazione)
Domenica 13 settembre	Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine). ESCURSIONE CON GLI ASINI: DA COLLE LE CESE ALL'INGHIOTTITOIO E RITORNO Durata: 5 ore; Dislivello: 350; Difficoltà: E Quota individuale: € 30 + € 10 rimborso spese pranzo

Sabato 19 settembre	<p>Ritrovo: ore 18.45 Emporio della Sibilla, Norcia – 21.30 Colle Le Cese, Forca Canapine.</p> <p>DALLE STALLE ... ALLE STELLE ! <i>Escursione notturna con gli asini, per osservare la notte e il cielo stellato sopra gli spazi aerei dei Piani di Castelluccio di Norcia .</i> Durata: 3 ore , Dislivello: 200 m; Difficoltà: E Quota individuale: € 18. Cena eventuale in Rifugio solo su richiesta, € 20</p>
Domenica 20 settembre	<p>Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine).</p> <p>ESCURSIONE CON GLI ASINI: DA COLLE LE CESE AL MONTE MACCHIALTA <i>Escursione con gli asini sui panorami di Castelluccio di Norcia.</i> Durata: 4/5 ore; Dislivello: 250 m; Difficoltà: E. Quota individuale: € 30 + € 10 rimborso spese pranzo</p>
Domenica 27 settembre	<p>Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine)</p> <p>ESCURSIONE CON GLI ASINI DAL RIFUGIO COLLE LE CESE AI PANTANI DI ACCUMULI <i>Passeggiata rilassante verso i laghetti degli altipiani.</i> Durata: 4/5 ore; Dislivello: 200 m; Difficoltà: E Quota individuale: €30 + €10 rimborso spese pranzo al basto "Mulo-bar"</p>
Domenica 4 ottobre	<p>Ritrovo: ore 10.00 a Colle le Cese (Forca Canapine).</p> <p>I COLORI DELL'AUTUNNO NEL PARCO: ESCURSIONE CON GLI ASINI <i>Escursione con gli asini sui panorami di Castelluccio di Norcia.</i> Durata: 4/5 ore; Dislivello: 200 m; Difficoltà: E. Quota individuale: €30 + €10 rimborso spese pranzo al basto dal Mulo-bar</p>
Sabato 10 e Domenica 11 ottobre	<p>Ritrovo: ore 10.00 a Paganelli di Norcia</p> <p>TREKKING LOW COST CON ASINI E MULI 1° GIORNO: DA PAGANELLI A COLLE LE CESE Recupero degli autisti da Colle Le Cese a Paganelli, in caso di rientro Durata: 5 ore; Dislivello: 700; Difficoltà: E 2° GIORNO: DA COLLE LE CESE A PAGANELLI Durata: 5 ore; Dislivello: 100; Difficoltà: E Quota individuale: € 100 (pernottamento in camerata in rifugio, supplemento eventuale per altra sistemazione)</p>
Domenica 18 ottobre	<p>Ritrovo: ore 10.00 al Rifugio di Colle Le Cese.</p> <p>LA TRANSUMANZA CON GLI ASINI, DA COLLE LE CESE ALLA VALLE <i>Percorso panoramico sul grande anello fino in Val Castoriana.</i> Durata: 6 ore; Dislivello discesa prevalente. Difficoltà: E (ma lunga) Quota individuale: € 30 + € 10 per rimborso spese pasto al basto dal Mulo-bar.</p>
Domenica 25 ottobre	<p>Ritrovo: h 10.00 all'Asineria di Ancarano di Norcia</p> <p>CROMOTERAPIE ! (I COLORI CHE AIUTANO IL BUONUMORE) <i>La Natura di Ottobre, varietà di assoluta di colori , a spasso con gli asini nei Sibillini e in Valnerina</i> Durata: 5 ore; Dislivello: 250 m; Difficoltà: E Quota individuale: €30 (+€10 rimborso spese "pranzo al basto")</p>

Sabato 31 ottobre	<p>Ritrovo: ore 9.00 a Norcia presso Emporio della Sibilla o sul luogo dell'escursione (contattare la Guida)</p> <p>LA RACCOLTA DELLE CASTAGNE + FESTA D'AUTUNNO</p> <p><i>Tra i boschi di castagno, un particolare rito, la raccolta + pranzo</i></p> <p>Durata: 5 ore; Dislivello: su e giù pe' greppi ... Difficoltà: E</p> <p>Quota individuale: € 32 compreso pranzo - € 18 a persona , facoltativo, cena in rifugio "sapori d'autunno".</p>
Domenica 1 novembre	<p>Ritrovo h 10.00 , Cascia (luogo esatto da comunicazione con la Guida)</p> <p>SUI SENTIERI DELLO ZAFFERANO, CON GLI ASINI</p> <p>Nei pressi di Cascia, un percorso somigliante tra gli altopiani dove viene prodotta la preziosa spezia.</p> <p>Pranzo in azienda agricola produttrice.</p> <p>Lunghezza: 10 km; Dislivello: 250; Difficoltà: facile;</p> <p>Quota individuale: € 40 compreso pranzo</p>

Abbigliamento consigliato

cappello, occhiali da sole, pile, maglietta traspirante a pelle, giacca a vento idrorepellente e traspirante (Goretex o simili), pantaloni da escursionismo, in materiale traspirante, scarponi da montagna, lampada (frontale) per le escursioni in notturna, crema solare, borraccia (meglio quelle da un litro e mezzo), zaino.

L'ORGANIZZAZIONE FORNISCE

- Guida
- **A richiesta**, è possibile fornire bastoncini da cammino (€ 2 a paio)
- Alimentazione quando prevista nei programmi

PRENOTAZIONI E INFORMAZIONI

La Mulattiera

Cell. 339 4513189

Fisso 0743 820051

e-mail: info@lamulattiera.it e www.lamulattiera.it