

Staffetta "da Francesco a Francesco"

Assisi (PG) · 4 ottobre 2016



ROMA - SAN PIETRO · 23 ottobre 2016

TRATTO DI COMPETENZA	Giorno		Tappe	Quota Metri	Km Parziali	Km Giornalieri	Attività in programma	
UMBRIA	1°	Mar	4	Assisi S. Damiano Santuario di Rivortorto Cannara	0 309 212 196	0,00 1,71 1,85 6,20	9,76	Appuntamento ore 12:00 in Piazza San Francesco Inferiore. Santuario Francescano (visita). Cena a base di Cipolla dop offerta dalla Proloco locale.
	2°	Mer	5	Cannara P.te dell'Isola "Cantalupo" Bevagna Torre di Montefalco Casco dell'Acqua	196 200 207 210 216	0,00 4,50 2,77 3,43 5,11	15,81	Pindarca sito ricordato dal biografo T. da Celano per la predica agli uccelli deliziosa cittadina umbra (visita a cura della proloco). Zona importante per le acque, nel raggio di circa due Km scendono 8 torrenti e fossi.
	3°	Gio	6	Casco dell'Acqua Pietrarossa San Giacomo	216 219 243	0,00 2,99 10,75	13,74	Deliziosa chiesina puri affrescata con ataviche leggende legate alla natività. Chiesa dedicata al santo dei pellegrini con affreschi dei miracoli specifici.
	4°	Ven	7	San Giacomo Spoleto	243 314	0,00 5,16	5,16	Visita guidata alla città, pomeriggio libero.
	5°	Sab	8	Spoleto F.ca Le Porelle Pontuglia Ceselli	413 910 356 277	0,00 2,67 3,91 1,77	8,35	Ponte delle Torri Passo e punto più alto del percorso. Borgo Umbo che si affaccia sulla Valentina. Pernottamento presso rifugio gestito dalla Proloco locale.
	6°	Dom	9	Ceselli Ferentillo Arrone Collestatte	277 236 270 215	0,00 7,73 4,40 4,87	16,99	Con le sue due torri di guardia è chiamata la porta della Valentina. Graziosa cittadina Umbra (visita alla Proloco e alla chiesa Affrescata) situata alla base della cascata delle Marmore.
	7°	Lun	10	Collestatte Marmore Palombara Piediluco	215 377 377 377	0,00 1,99 2,39 3,30	7,68	

TRATTO DI COMPETENZA	Giorno		Tappe	Quota Metri	Km Parziali	Km Giornalieri	Attività in programma	
VALLE SANTA	8°	Mar	11	Piediluco Labro Morro Faggio di San Francesco Rivodutri Sorgenti Santa Susanna	377 628 750 1023 500 386	0,00 5,15 4,56 5,20 7,35 4,00	22,26	Pranzo al sacco e breve visita al piccolo borgo Piccolo ristoro e breve visita al Faggio che secondo la tradizione popolare, riparò san Francesco dalla inclemenza del temporale Visita al Borgo di Rivodutri e all'enigmatico Arco Alchemico. Cena in ristorante locale con degustazione di piatti e prodotti tipici locali e a km. Zero e animazione.
	9°	Mer	12	Sorgenti Santa Susanna Colli sul Velino - Villa D'assio Santuario Francescano di Greccio Greccio	386 398 635 580	0,00 7,18 11,00 3,00	21,18	Visita alla Sorgente di Santa susanna, che con la sua portata di 5.000 litri al secondo, è una delle più grandi d'Europa e partenza. Piccolo ristoro e breve visita al sito archeologico dei resti della Villa Romana di Quinto Assio a cura dell'archeologo Carlo Virili Pranzo al sacco presso il Santuario. Visita al Santuario di Greccio (Betlemme Francescana) dove San Francesco nel 1223 ha realizzato il primo presepe del mondo. Visita all'antico borgo medievale, al museo internazionale del Presepe e al Sentiero degli Artisti. Cena in ristorante locale con degustazione di piatti e prodotti tipici locali e a km. Zero ed animazione.
	10°	Gio	13	Greccio Cappelletta di Greccio Greccio Contigliano	580 1203 580 488	0,00 5,20 4,50 5,70	15,40	Ritrovo a Greccio e partenza sul sentiero verso la "Cappelletta di Greccio". Pranzo al sacco e visita al rifugio della "Cappelletta" (1200 metri slm) primo luogo ove soggiornò San Francesco all'arrivo a Greccio nel 1209 e a Fonte Lupetta. Visita al Borgo e alla Collegiata di San Michele arcangelo. Cena in ristorante locale con degustazione di piatti e prodotti tipici locali e a km. Zero e Animazione.
	11°	Ven	14	Contigliano Santuario Fonte Colombo Rieti	488 585 406	0,00 9,80 6,00	15,80	Ritrovo e partenza. Pranzo al sacco. Visita al Santuario di Fonte Colombo (Sinai francescano), dove Francesco si ritirò per stilare la Regola definitiva del suo Ordine. Pomeriggio libero in città e cena libera FACOLTATIVO: nel pomeriggio: visita in pullman all'eremo di San Michele Arcangelo di Morro reatino). In serata concerto del Coro del Cai presso la chiesa di San Domenico che custodisce l'organo DOM BEDOS (il più grande d'Europa).
	12°	Sab	15	Rieti Terminillo Poggio Bustone	1614 818	0,00 17,85	17,85	Ritrovo presso Piazza Cavour e trasferimento in pullman a Terminillo. Visita al Tempio Votivo di San Francesco (memoria proclamazione Patrono d'Italia. Custodisce una reliquia del Santo). Transto al Cippo memoria disastro aereo 1955. Pranzo al sacco in località Passo del Lupo. Transito Presso il Sacro Speco di Poggio Bustone e tradizionale "suono della campanella". Breve momento di Preghiera e attraversamento della Porta Santa del Giubileo della Misericordia aperta presso il Santuario di Poggio Bustone. Cena in ristorante locale con degustazione di piatti e prodotti tipici locali e a km. Zero e Animazione.
	13°	Dom	16	Poggio Bustone San Liberato Cantalice Santuario san felice all'Acqua Santuario La Foresta Rieti	818 567 717 600 539 406	0,00 4,12 3,00 3,20 2,70 4,00	17,02	Visita al Santuario, prima meta del Santo nella Valle Reatina e Partenza. Piccolo ristoro e visita alla chiesa di San Liberato. Visita itinerante al vecchio borgo medioevale arroccato su una ripida scalinata che culmina nella Chiesa di San Felice 1° Santo dei Frati Cappuccini, costruita sui resti della casa natale del Santo. Pranzo al sacco e visita al Santuario di San Felice all'Acqua. Visita al Santuario di Santa Maria della Foresta a cui sono legati due importanti episodi: il miracolo dell'uva e la composizione del Cantico delle Creature. Arrivo alla Cattedrale di Santa Maria. Breve Momento di Preghiera e attraversamento della Porta Santa del Giubileo della Misericordia Porta Santa del Giubileo della Misericordia aperta presso la Cattedrale di Rieti. Tempo libero a Rieti. Cena al Mako (Mercato agricolo a km. 0) con intrattenimento musicale e danzante .

TRATTO DI COMPETENZA	Giorno		Tappe	Quota Metri	Km Parziali	Km Giornalieri	Attività in programma
SALARIA SOTTO RIETI	14°	Lun 17	Rieti Ornaro basso (Torricella S.) Poggio San Lorenzo	400 590 518	 15,00 7,00	 22,00	ore 9.00 Partenza (organizzarsi per pranzo al sacco) ore 13.30 pranzo al sacco ore 17.00 visita dell'antico frantoio - cena organizzata dalle Pro loco e concerto dei cori polifonici
	15°	Mar 18	Poggio San Lorenzo Monteleone Sabino Poggio Moiano Scandriglia	518 490 520 520	 7,00 6,50 8,20	 22,00	ore 9.00 partenza ore 11.00 passaggio a Monteleone Sabino con guida che illustra Trebula Mutuesca sito archeologico ore 13.30 chiesa di San Martino del x sec. degustazione dell'olio sabino con Bruschetta a cura della Pro Loco (possibilità pranzo) ore 17.30 arrivo e sistemazione a cura della Pro Loco di Scandriglia.
	16°	Mer 19	Scandriglia Santa Maria delle Grazie Montelibretti	520 350 230	 3,20 14,00	 17,20	ore 9.00 partenza ore 10.00 visita santuario francescano di Santa Maria delle Grazie ore 14.00 degustazione prodotti tipici e visita centro storico. Navetta per Farfa. Cena e sistemazione organizzata dalla Pro Loco
	17°	Gio 20	Montelibretti Moricone Palombara Sabina	230 290 370	 5,00 8,00	 13,00	ore 9.00 partenza ore 12.00 pranzo al sacco ore 16.30 visita convento San Francesco, cena nel castello Savelli a cura della Pro Loco. Sistemazione per la notte
	18°	Ven 21	Palombara Sabina Monterotondo	370 250	 1,00 14,00	 15,00	ore 9.00 partenza da P.zza Santa Maria. Organizzarsi per pranzo al sacco Visita abbazia San Giovanni in Argentella ore 13.30 arrivo, pranzo al sacco – accoglienza a cura della Pro Loco sistemazione in strutture convenzionate
	19°	Sab 22	Monterotondo Roma Villa Ada Roma zona Cipro	250 30 20	 20,00 6,00	 26,00	ore 9.00 partenza ore 14,00 pranzo al sacco (possibile acquisto a prezzo convenzionato) ore 16.00 cena e sistemazione in strutture convenzionate
	20°	Dom 23	Roma sede Pro Loco Roma San Pietro	20 20	 1,50	 1,50	ore 9.00 partenza ore 9,30 arrivo a P.zza San Pietro.

Eventuali variazioni al programma saranno tempestivamente comunicate ai partecipanti.

PER INFO E CONTATTI:	Coordinamento staffetta:	gaia.ferrara@unpli.info
	Coordinamento tratto "Umbria":	presidenza@unpliumbria.info
	Coordinamento tratto "Valle Santa":	proloco_vallesanta@libero.it
	Coordinamento tratto "Salaria sotto Rieti":	prolocopoggiomoiano@gmail.com
	Web:	www.camminitaliani.it
	FB:	https://www.facebook.com/Camminitaliani.it