freddi-kru.github.io

# Passeggiata sul Monte Serrone

Lettura
6-7 minuti

---

Si tratta di un percorso ad anello che inizia dall'Abbazia di Sassovivo, in particolare dalla Cripta del beato Alano (574 m s.l.m).

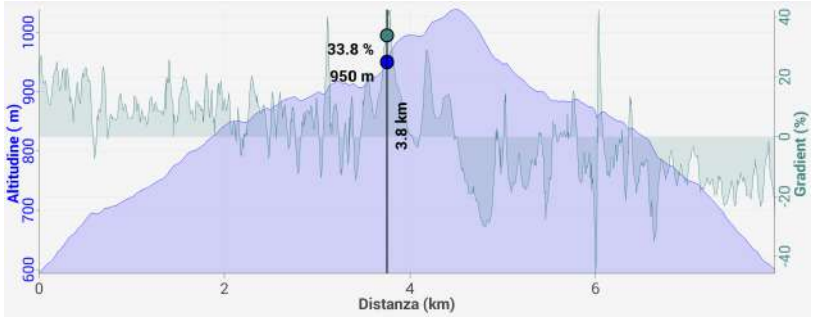
L'Abbazia si trova a circa 7 km da Foligno (PG).
Provenendo da Perugia si raggiunge, una volta arrivati nei pressi di Foligno, prendendo la statale SS 3 Flaminia in direzione Spoleto-Roma. Successivamente si svolta allo svincolo Colfiorito – Norcia – Macerata (SS 77) e immediatamente dopo si gira a dx per Uppello - Sassovivo.

Il percorso è piuttosto accessibile, l'unica difficoltà è rappresentata dall'individuazione del sentiero in alcuni tratti (consigliata la bussola e il GPS).

---

## 📊 Dati del percorso

| Distanza | Tempo di percorrenza | Difficoltà | Dilivello complessivo | Quota massima |
|---|---|---|---|---|
| 8 km | 3 ore | medio - bassa | 480 m | 1046 m s.l.m. |




*Profilo altimetrico dell'escursione.*

*Modello 3D dell'escursione.*

## 🗄️ Materiale

- 🌍 Modello 3D "orbitabile";
- 🗺️ Web map interattiva
- 🐾 Traccia (gpx).[1]
- 🗒️ Itinerario (PDF)

## 🚶 Descrizione dell’itinerario

*Webmap interattiva realizzata con uMap che riporta le informazioni (foto e descrizioni) in corrispondenza dei punti salienti del percorso. Tramite i pulsanti sulla sinistra si può: centrare la mappa sulla propria posizione, cambiare la mappa di sfondo, misurare distanze, fare una ricerca per toponimi e scaricare i dati (pulsante condividi e scarica).*

---

### 1️⃣ Il sentiero sul versante nord-occidentale

Dalla Cripta, dove è possibile parcheggiare, si percorre per un breve tratto la strada asfaltata. Giunti alla curva si prende a sx una strerrata che sale in mezzo al bosco di lecci e roverelle. Trascurando alcuni bivi, si segue la strada principale girando intorno al M. Serrone. A un incrocio (**punto 3** della webmap) si prosegue diritto (segnavia 60 – Pale) sino ad una radura pianeggiante, “**Prato Lungo**” (761 m). dove termina la sterrata.

Al bivio successivo (**punto 5**) si trascura il sentiero che scende a sx (segnavia 60) verso Pale e si prende quello a dx che sale blandamente nel bosco. Si arriva a una piccola radura (**punto 6**) con vista sul Sasso di Pale, caratterizzato da una grande croce metallica e da una antenna per le telecomunicazioni. Il sentiero rientra nel bosco, oltrepassa un fosso e arriva ad un’altra radura più estesa (**punto 7**).

*Punto 7 della webmap. Vista del Sasso di Pale e del M. Penninno sullo sfondo.*

---

### 2️⃣ Il sentiero sul versante nord-orientale

Al rientro nel bosco il sentiero diventa una strada di servizio piuttosto ampia. Si prosegue sulla strada di servizio sino a un sentiero poco evidente sulla dx (**punto 8** – 915 m s.l.m).
Si lascia la strada di servizio, che scende verso l’abitato di Casale, e si gira a dx (verso SW) sul sentiero che costeggia una recinzione. Facendo attenzione alla recinzione e alla direzione con la bussola non dovrebbe essere difficile individuare il sentiero.

---

### 3️⃣ Salita alla cima e discesa lungo un impluvio

Al termine del sentiero si piega leggermente a dx e si sale su un evidente fascia di conglomerato, piuttosto ripida (**punto 9**).

*Punto 9 della webmap. Vista verso E. Sullo sfondo l'Appennino, con il massicccio del M. Bove.*

Si prosegue verso W su una radura con bassi ginepri sino alla sella tra le due cime del M. Serrone (**punto 10**): a sx Le Pianacce (quota 1029 m) e a dx il M. Serrone (quota 1046 m). Lasciando il sentiero e procedendo verso S, si supera una dolina e in pochi minuti si raggiunge la rotonda cima del M. Serrone (**punto 11**).

Dalla cima si gode di una bella vista sui rilievi umbri. Da N a E si estende l'Appennino preceduto da colline e vallate: a SE il vicino M. Aguzzo, a S la catena del M. Serano – M. Brunette e a NW il M. Subasio.

*Punto 11 della webmap – Vista a WNW sulla Valle Umbra e sulla cittadina di Foligno.*

*Punto 11 della webmap. Vista a NW sul M. Subasio (a sx).*

Si scende in direzione NW con vista sul M. Subasio. Giunti ad un impluvio si gira a sx (SW) su un sentiero poco marcato che si mantiene sul bordo dell'impluvio. Si scende in modo disagevole tra rovi e cespugli sino a ritrovare un evidente sentiero che proviene dal versante opposto (**punto 12**).

*Punto 13 della webmap. Simpatico affioramento di rocce calcaree stratificate (Formazione della Maiolica).*

Superata una radura da cui si vede l'Abbazia, il sentiero inizia a scendere leggermente sino a passare sotto un elettrodotto ed a arrivare a una strada di servizio (**punto 13**).

Dal balcone roccioso sul baratro del Fosso Renaro si vede il M. Colognola e il M. Aguzzo (quota 850 m).

---

### 4️⃣ Rientro all'abbazia di Sassovivo

Si prosegue a dx in discesa, si passa di nuovo sotto l'elettrodotto e dopo un impluvio si raggiunge un bivio (**punto 14**). Si svolta a sx, in discesa, e si arriva alla sterrata percorsa all'inizio. Svoltando ancora a sx, sempre in discesa, si giunge di nuovo alla Cripta (**punto 2**).

Se si dispone di altro tempo si può prolungare l'escursione visitando una cappellina ottagonale immersa nel bellissimo bosco di lecci (**punto 15**). Dalla Cripta del beato Alano, si imbocca il sentiero accanto alla fonte, percorrendolo si aggira un piccolo fosso e si raggiunge in pochi minuti la cappellina (purtroppo in disuso).

*Punto 2 della webmap. Cripta del beato Alano. Photo by Sailko, license GFDL or CC-BY-SA-3.0.*

*Punto 15 della webmap. Vista a ESE sulla valle del Fosso Renaro e sul M. Aguzzo*

Il sentiero prosegue oltre facendo una curva a sx e dopo pochi metri termina a in un belvedere con vista sul M. Aguzzo e sul M. Cologna.

Si può concludere l’escursione visitando l’Abbazia di Sassovivo.

*Punto 1 della webmap. Abbazia di Sassovivo. Photo by Sailko, license GFDL or CC-BY-SA-3.0*

© 2024 Andrea Fredduzzi. Some rights reserved.