

# alto tevere natura Sentieri

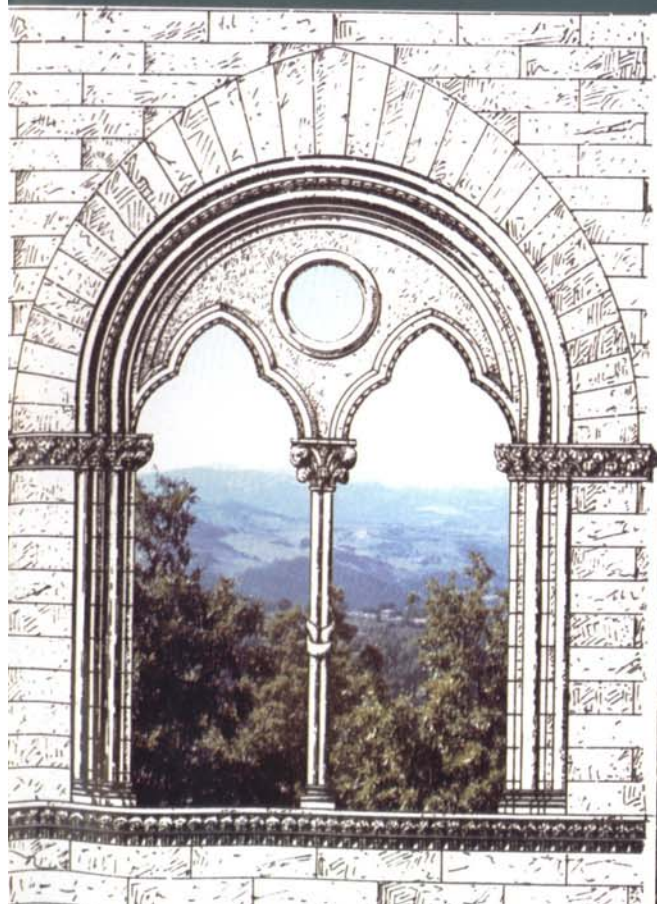


Itinerari della Regione  
dell'Umbria

PERCORSI VERDI  
NELL'ALTA VALLE  
DEL TEVERE UMBRO



COMUNITÀ MONTANA  
ALTO TEVERE UMBRO

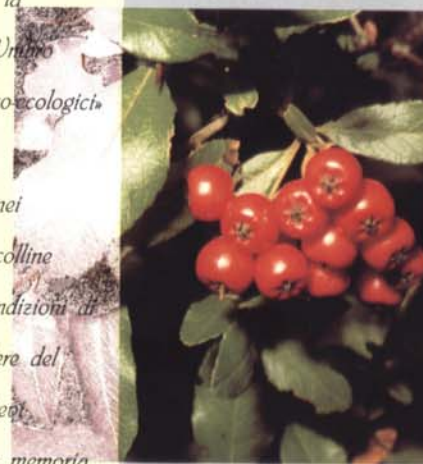


*La ricerca quotidiana di aria libera, di spazi incontaminati, di verde naturale, di angoli remoti di collina e di montagna è diventata oggi un'esigenza sempre più pressante.*

*La qualità della vita, seppellita l'idea trainante della modernità, si gioca qui: in questa proposta affascinante di reimmersione nella natura, di restauro delle «radici» che possono restituire la forma e il valore di una civiltà, che la*

*Comunità Montana Alto Tevere Umbro suggerisce con questi «itinerari turistico-ecologici» della dorsale appenninica.*

*L'esperienza di vita all'aria aperta, nei camminamenti tracciati attraverso le colline dell'Alto Tevere, oltre a restituire condizioni di equilibrio e salute fisica e a far godere del fascino della natura selvaggia dei rilievi appenninici, facilita il contatto con la memoria storico-geografica, in una proiezione socioantropologica in cui si ritrova una simbologia religiosa mistica, fra abbazie e conventi, fra castelli posti a protezione di territori aperti e risorse fluviali e lacustri che punteggiano la pianura allotiberina.*





## Come arrivare in Alta Valle del Tevere



da ROMA:  
*in ferrovia*  
 FFSS da Roma Termini fino a Terni e da Terni con la Ferrovia Centrale Umbra  
*in autobus*  
 Autolinee SULGA (Piazza della Repubblica, ore 16.00)  
*in auto*  
 A1 fino a Orte, prosecuzione sulla E45 per l'Alta Valle del Tevere

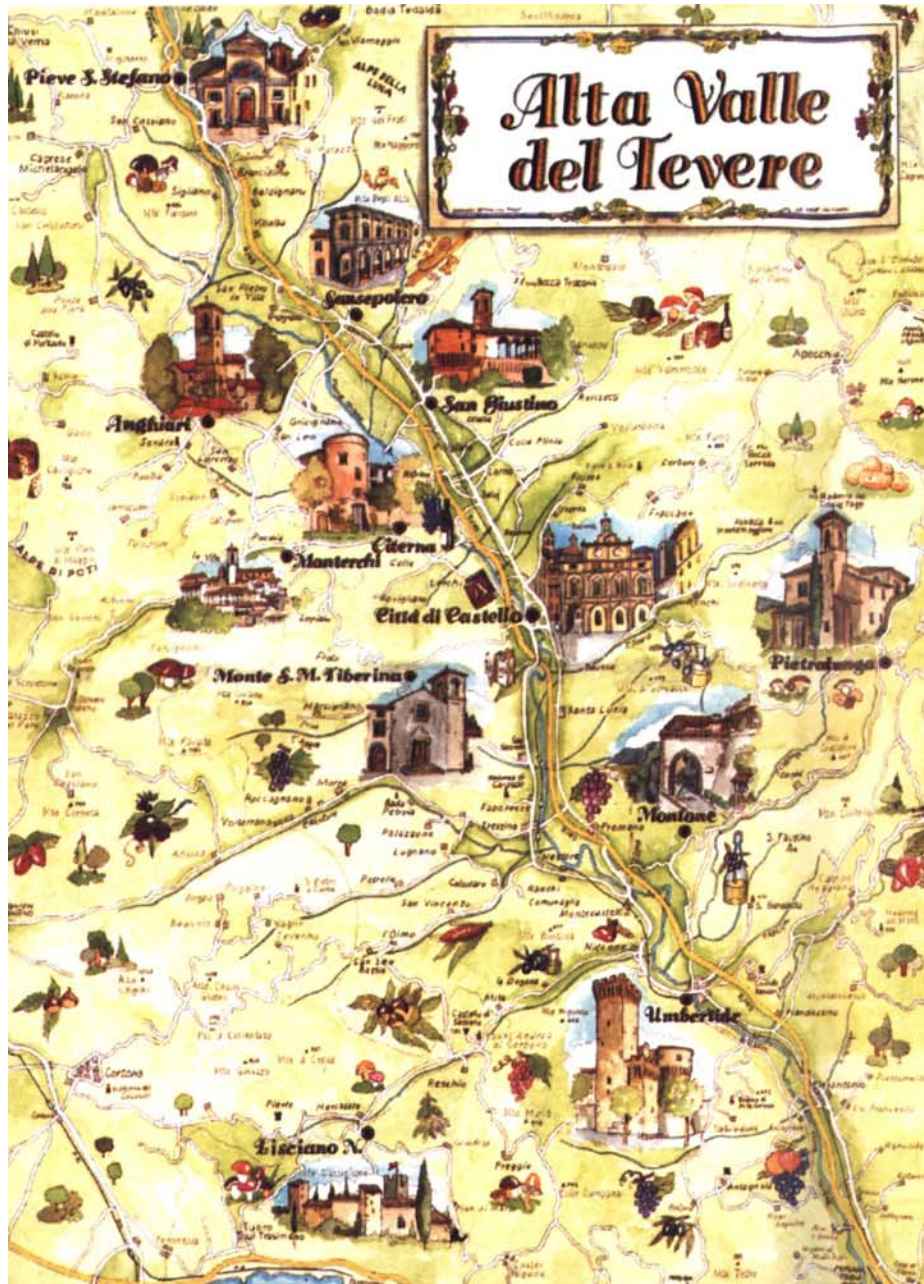
da BOLOGNA - FIRENZE:  
*in ferrovia*  
 FF.SS. fino ad Arezzo e poi coincidenza con autobus di linea  
*in auto*  
 A1 fino ad Arezzo, prosecuzione sulla SS 73 fino a Città di Castello

da RIMINI - CESENA:  
 Superstrada E 45

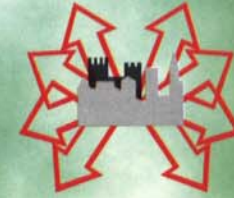
da SAN MARINO:  
 come sopra o SS 258 Marecchia

da PESARO - URBINO:  
 SS 423 o Superstrada FLAMINIA

da FANO:  
 Superstrada FLAMINIA e SS 257 (Acqualagna)



## SISTEMI DI COLLEGAMENTO TRA I CENTRI STORICI



Per collegare tra loro i centri storici del comprensorio altotiberino, si è ritenuta indispensabile l'individuazione di itinerari che riuscissero a coniugare l'esigenza di attraversamento di ambienti di valore naturalistico con la presenza di emergenze storico-artistiche. Questo fatto ovviamente contribuisce ad accrescere la piacevolezza delle escursioni a piedi, a cavallo o in mountain-bike, attraverso la lettura completa delle risorse esistenti.

Questi itinerari si articolano in tre sistemi contrassegnati con la numerazione: 1 (Monte S. Maria Tiberina - Citerna - Città di Castello - San Giustino), 3 (Pietralunga - Montone) e 5 (Umbertide - Lisciano Niccone), messi in relazione tra loro da tratte di collegamento.

Ogni sistema è costituito da un numero variabile di segmenti che producono sul territorio l'effetto di una fitta rete di itinerari. Con questa articolazione si consente di percorrere sentieri di lunghezza limitata che, associati fra loro, costituiscono veri e propri itinerari di trekking, con la possibilità di connettersi, attraverso sentieri anche non segnati, con reti sentieristiche di altri comprensori (Marca Toscana, Marche, Eugubino).

Come detto questi sistemi di escursione rispondono ai seguenti criteri:

- sono collocati in aree che associano qualità ambientale a presenze culturali di pregio;
- si svolgono in un territorio, la cui morfologia ne permette l'uso anche ad un pubblico non particolarmente preparato.

Ovviamente, nelle aree interessate esistono servizi che consentono una piacevole permanenza anche per più giorni.

**PERCORSO 1A**  
 M.S.Maria Tiberina - Cagnano - Lippiano - Ranzola - Collegamento 1C - M. Civitella - M. Pagliaiole - Osteria - M. Favallo - P.gio del Locco - Osteria - La Fattoria - Collegamento 1D - Cimitero Marzana - Petriolo - Petena - P.gio di Caione - Col di Fabbri - Collegamento 1C/1D - Palazzetto - S. Pietro - M.S. Maria Tiberina

**PERCORSO 1B**  
 M.S. Maria Tiberina - Il Palazzo - P.gio Strada - La Dogana - Anello di M. Cedrone - Anello di Buonriposo

**PERCORSO 1C**  
 1A - Petrelle - Pezzano - Prato - La Rocchetta - P.gio del Cogno - Arcalena - Col di Fabbri

**PERCORSO 1D**  
 Collegamento 1A - Torre Marzana - La Fattoria - Lavacchi - Casalini - Colmariglio - Mucignano - Marcignano - Col di Fabbri

**PERCORSO 1E**  
 Lippiano - Tersale - Col de Mura - Pianella - Satriano - La Torre - Citeria - Collegamento SENTIERO ITALIA

**PERCORSO 3A**  
 Pietralunga - Candeletto - Collegamento 3B - M. delle Croci - M. Castiglione - Spesce - Collegamento 3D - M. Bruciato - Collegamento 3E - Carpini - Mad. dei Nespoli - Villanova - Casale - Collegamento 3B - Casale Torre - Collegamento 3C - Casellina - Caibacioli - Casacce - S. Martino - Montone

**PERCORSO 3B**  
 Quota 685 - Collegamento 3A - Savenano - Molino Casella - Torrente Carpina - Molino del Colle - Vialba - Coloti - Casale - Collegamento 3A - Casale Torre - Collegamento 3A-3C

**PERCORSO 3C**  
 Pietralunga - Cagliangi - Caipietracchi - Molino Caigisti - La Casella - Calafuccia - Pieve de Sadi - Collegamento 6C - Val di Monte - Casa Prete - Col della Fonte - Caicoppi - (deviazione Rocca d'Aria) - Casale Torre - Collegamento 3A-3B

**PERCORSO 3D**  
 Spesce - Collegamento 3A - Gaianello - Bagno - Collegamento 3B

**PERCORSO 3E**  
 Carpini - Collegamento 3A - Cavagnetti - Palazzo - Upio - S. Faustino - Moravola - Mad. Dei Confini - Le Fossolle - Montino - Le Gorgacce - Caicresci - Casanova - Molino di Sopra - Montone

**PERCORSO 5A**  
 Badia - Fornace - La Madonnima - Pod. S. Savino - Collegamento 5C - Eremo - S. Giuliana - Col de Vita - Collegamento 5C - Galera - Collegamento 5B - La Costa - I Balconcelli - Collegamento 5G-5F - Pod. Colle - Collegamento 5D - Montacuto - Cicalato - Col di Boncio - Casanova - Badia

**PERCORSO 5B**  
 Montacuto - Collegamento 5A - Osteria - Galera - Collegamento 5A

**PERCORSO 5C**  
 Pod. S. Savino - Collegamento 5A - S. Giuliano delle Pignatte - Col de Vita - Collegamento 5A

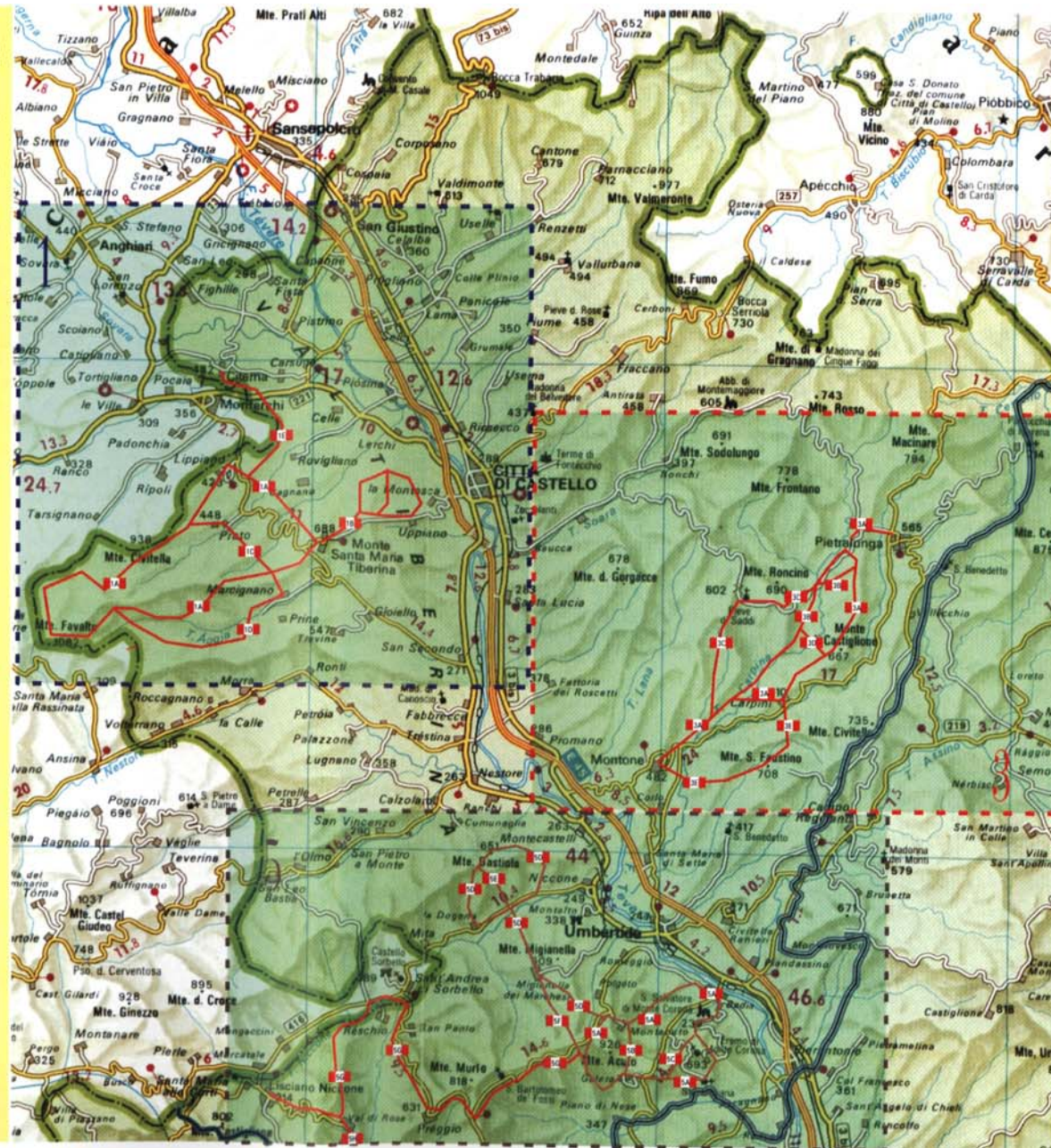
**PERCORSO 5D**  
 Pod. Colle - Collegamento 5A - Polgeto - S. Lorenzo - Cornabecco - Collegamento 5F - Migianella dei Marchesi - Pieve d'Agnano - Mo. Vitelli - Collegamento 5E - Ospedalichio - Civitella - S. Anna - M. Bastiola - Collegamento 5E - C. Polito - Montemigiana - Cà di Rullo - SS Niccone - Molino Vitelli

**PERCORSO 5E**  
 Montecucco - I Cecchi - Molino Vitelli

**PERCORSO 5F**  
 Cornabecco - Collegamento 5D - Schioppa - Cerquatelli - Montecastro - I Balconcelli - Collegamento 5A-5G

**PERCORSO 5G**  
 I Balconcelli - Collegamento 5A-5F - M. Filonci - Caicocci - Lacacci Prima - S. Bartolomeo de' Fossi - M. Murlo - Petraia - C. Castiano - Mad. di Via Piana - Preggio - C. Quadrone - S. Anna - Palazzo - Reschio - Patolio - S. Martino di Tisciano - Il Poggio - I Castagni - Limoncelli - Le Crocicchie - Collegamento 5H - Col di Spogna - Lisciano Niccone

**PERCORSO 5H**  
 Le Crocicchie - Collegamento 5G - Val di Rose - Le Cresce - Pian di Marte - Collegamento LAGO TRASIMENO





**Q**uesto percorso è stato individuato con l'intenzione di attivare parte di una connessione tra la rete sentieristica primaria (SI) e i Comuni di Umbertide e Lisciano Niccone, lungo assi che, per le loro precise caratteristiche, meritano un'adeguata valorizzazione. Il tracciato proposto, a mo' di anello, è percorribile in più tappe, tutte ricongiungibili a Badia di Montecorona. Prima di partire vale la pena di visitare la cripta della Badia di San Salvatore, fondata nel 1008 da San Romualdo: alcuni elementi di essa fanno pensare a origini ancora più remote di quelle tramandateci. Lasciando sulla DX la Badia (240 m.), dopo avere attraversato un ponticello, si prende una strada bianca che

inizia subito a salire. La strada, denominata "mattonata", costeggia boschi di roverella e vigneti e molto numerose appaiono le ginestre. In località Pod. San Savino (516 m.) si può scegliere, voltando a DX, di percorrere il sentiero 5C, verso S. Giuliano delle Pignatte (357 m.), o di proseguire, tenendo la SX, verso l'eremo di Monte Corona, situato a quota 693 m. s.l.m.

A questo punto è quasi d'obbligo una sosta per visitare l'antico cenobio benedettino.

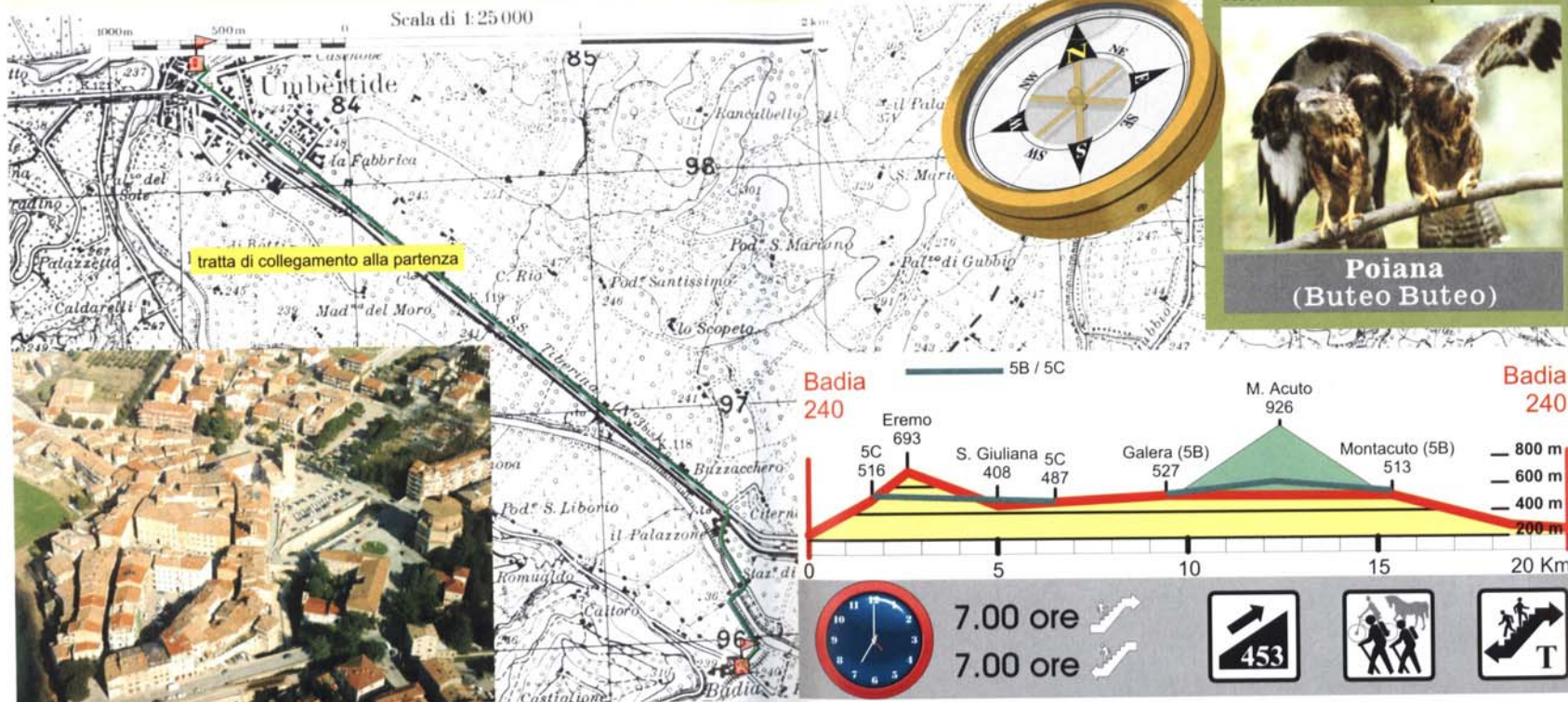
Dal vertice del rilievo conico, coperto di bosco, dov'è posto l'eremo, si scende sul versante meridionale verso il nucleo di Santa Giuliana, castello di origine medioevale ben conservato, dove da tutto emana il calore delle cose costruite a misura d'uomo.

Mantenendosi sulla SX, la strada dapprima incontra, a quota 487, il sentiero 5C e poi prosegue verso località Galera (527 m.)

Di fronte si leva imponente il profilo di Monte Acuto: dalle sue pendici si gode un panorama molto suggestivo. Sulla sua vetta sono emerse recentemente le fondamenta di un antichissimo santuario italico, oggetto di scavo da parte della Soprintendenza archeologica di Perugia. Circonvolvendo l'Acuto e seguendo la segnaletica, si arriva in località Montacuto (513 m.); piegando poi sulla SX, a Cicalato di sopra (432 m.), da dove si inizia a scendere, attraverso Col di Boncio (405 m.), verso il podere Casanova, posto ai bordi della strada asfaltata che, sulla DX, in 1,5 km, riconduce alla Badia, al punto di partenza.

Gran parte della superficie su cui insiste quest'itinerario è interessata da formazioni boschive molto diverse tra loro per tipologia, forma di governo ed età. Si riscontrano importanti estensioni di macchia mediterranea con netta predominanza di Leccio. Sono presenti pure dei castagneti e boschi di Roverella e Carpino nero. Oltre alle diverse formazioni boschive il paesaggio è condizionato da numerosi pascoli che hanno preso il posto dei coltivi, un tempo assai estesi dato il maggiore sviluppo dell'attività agricola.

La fauna è rappresentata principalmente da lepre e cinghiale; l'avifauna da passeriformi, dei quali ne sono state osservate una trentina di specie.



**SEGNALETICA**

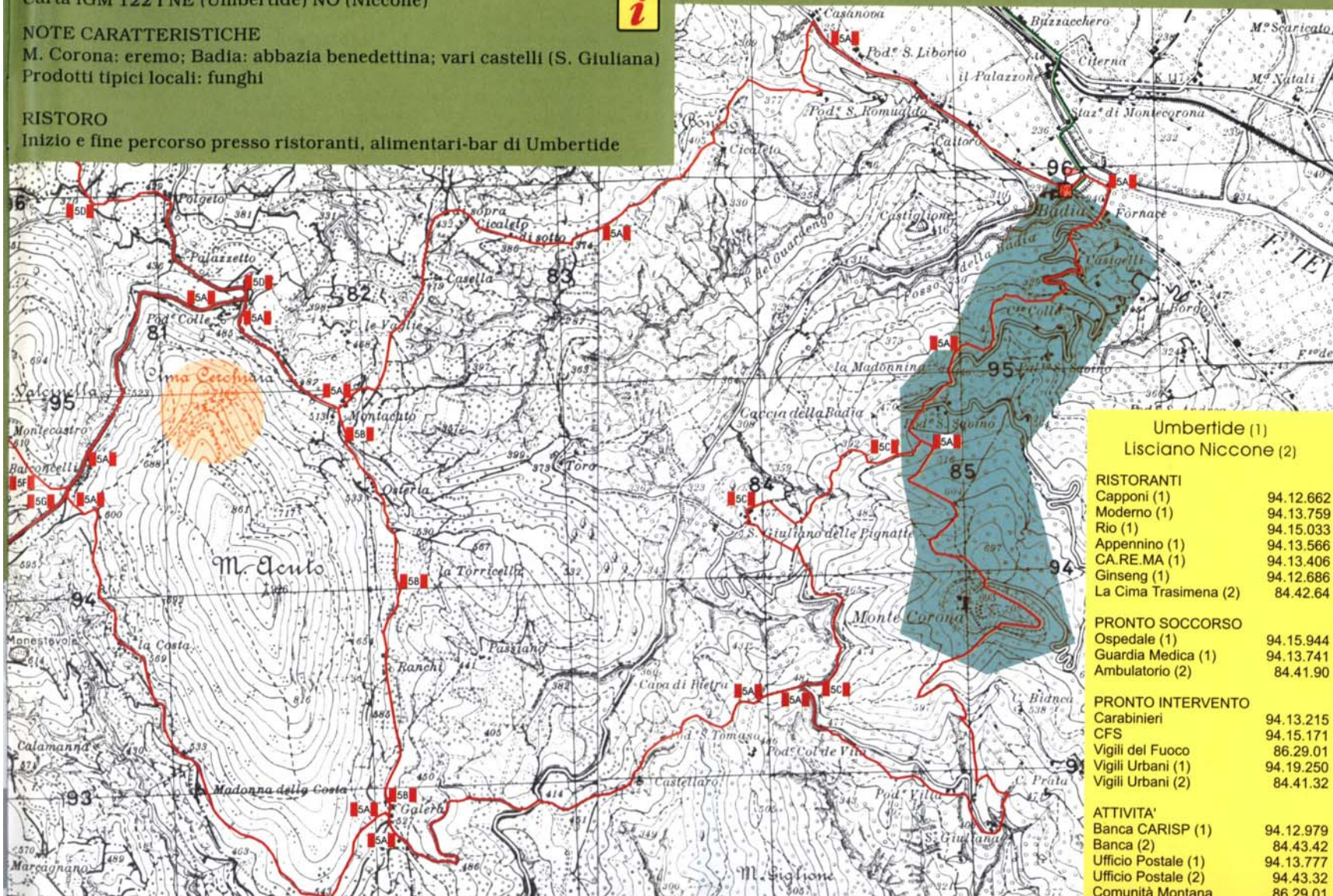
Bandierina rosso-bianco-rosso

**CARTOGRAFIA**

Carta IGM 122 I NE (Umbertide) NO (Niccone)

**NOTE CARATTERISTICHE**M. Corona: eremo; Badia: abbazia benedettina; vari castelli (S. Giuliana)  
Prodotti tipici locali: funghi**RISTORO**

Inizio e fine percorso presso ristoranti, alimentari-bar di Umbertide

**5A ANELLO DI MONTE CORONA - M. ACUTO****SVILUPPO TRACCIATO**Badia (240 m.) - Podere S. Savino (516 m.) - Eremo Monte Corona (693 m.)  
S. Giuliana (408 m.) - 5C (487 m.) - Galera/5B (527 m.) - Montacuto (513 m.)  
Cicalato (432 m.) - Casanova (251 m.) - Badia (240 m.)

Umbertide (1)		Lisciano Niccone (2)	
<b>RISTORANTI</b>			
Capponi (1)	94.12.662		
Moderno (1)	94.13.759		
Rio (1)	94.15.033		
Appennino (1)	94.13.566		
CA.RE.MA (1)	94.13.406		
Ginseng (1)	94.12.686		
La Cima Trasimena (2)	84.42.64		
<b>PRONTO SOCCORSO</b>			
Ospedale (1)	94.15.944		
Guardia Medica (1)	94.13.741		
Ambulatorio (2)	84.41.90		
<b>PRONTO INTERVENTO</b>			
Carabinieri	94.13.215		
CFS	94.15.171		
Vigili del Fuoco	86.29.01		
Vigili Urbani (1)	94.19.250		
Vigili Urbani (2)	84.41.32		
<b>ATTIVITA'</b>			
Banca CARISP (1)	94.12.979		
Banca (2)	84.43.42		
Ufficio Postale (1)	94.13.777		
Ufficio Postale (2)	94.43.32		
Comunità Montana	86.29.01		

5D

SENTIERO NATURA  
VALLE NICCONE - MONTE ACUTO

## SISTEMA 5

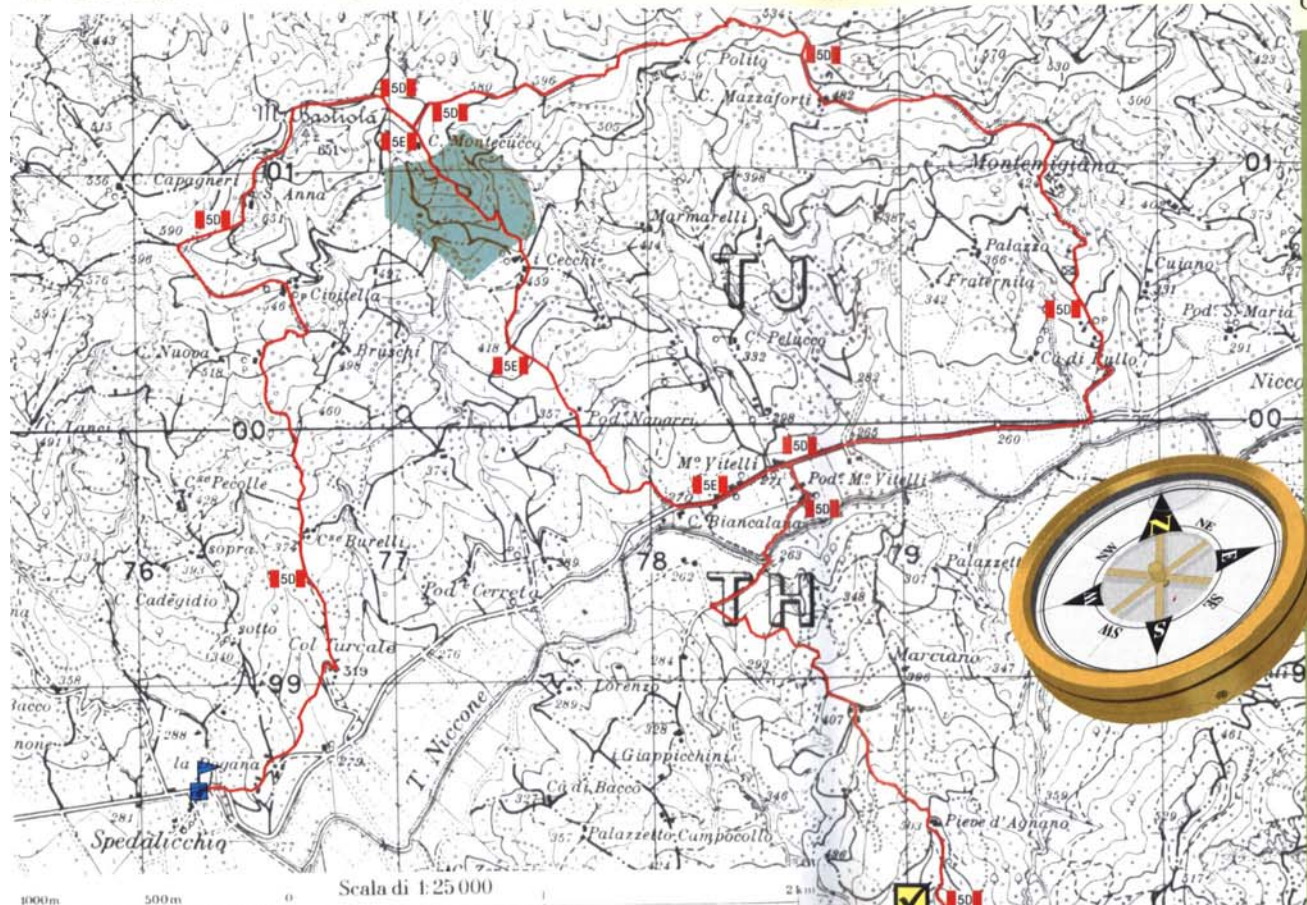


**Q**uesto sentiero inizia a Spedalicchio, dove l'escursionista può, tra l'altro, rifornirsi di acqua e di scorte, e prosegue, subito in salita, sulla SX verso Sant'Anna. A circa 2,500 km dalla partenza, s'incontra Civitella (546 m.), un borgo rurale del XVII secolo in completo restauro. Sulla sommità della collina di Sant'Anna (651 m.) si può vedere il rudere dell'omonima chiesa. Qui nel 1200 sorgeva anche un importante

castello-fortezza di proprietà dei Marchesi Bourbon del Monte. A quest'altezza, l'orizzonte si presenta senza dubbio affascinante. Scendendo da S. Anna ci si inoltra sul primo sentiero a DX, si oltrepassa Monte Bastiola (651 m.), contrassegnato da una croce, e dopo 400 metri, si può scegliere di proseguire verso Montemigiano o di girare a DX sul sentiero 5E, una variante in terra battuta, che si raccorda in 2,3 km di discesa col 5D, caratterizzata da un bosco di castagni

monospecifici, uno dei quali presenta una circonferenza di ben 3 metri. Proseguendo sul sentiero principale si arriva a Montemigiano (424 m), un caratteristico borgo medioevale con castello; da qui si scende sulla nazionale, la si percorre per circa 1,5 km e poi si svolta a SX, in località Molino Vitelli su una strada bianca. Si attraversa il torrente Niccone e il sentiero comincia leggermente a salire verso Pieve d'Agnano (503 m.), che si raggiunge in circa 1,6 km. La strada, che diventa poi una

carrareccia, porta in discesa verso Miglianella dei Marchesi, uno stupendo castello che fa da cornice allo scenario naturale circostante. A Cornabecco si può optare per una seconda digressione sul sentiero 5F, che si raccorda col 5G in località Balconcelli. Proseguendo invece sul 5D, si gira a DX e sulla carrareccia di mezza costa dei monti Saldo (620 m.) e Valcinella (694 m.) si raggiunge in circa 2,5 km Polgeto (429 m.), un altro splendido castello in ottimo stato di conservazione. Da qui, piegando a DX e mantenendosi sul bordo della strada asfaltata, in altri 1.400 metri si arriva alla fine della tappa, in località Podere Colle (485 m.), all'incrocio col sentiero 5A.



Le zone aperte e soleggiate di questi itinerari sono dominate dalla ginestra dei carbonai, assieme a esemplari di erica scoparia. Nel bosco prevalgono Roverelle, Cornioli e Lecci, ma si può osservare anche una vegetazione spontanea di Salici e Pioppi che tradisce la presenza di falde acquifere superficiali. Tra gli arbusti si fanno notare il Biancospino e il Pungitopo. Una frana nei pressi di M. Bastiola, permette di osservare la composizione del substrato geologico. Si tratta di una puddinga pliocenica, cioè di sassi arrotondati nel rotolamento in alveo fluviale cementati con sabbia a costituire un conglomerato. Una particolare castagneta, di cui abbiamo detto, è la caratteristica principale di questa zona.



**Ginestra dei Carbonari**  
(*Sarthothamnus scoparius*)

### SEGNALETICA

Bandierina rosso-bianco-rosso

5D

### SENTIERO NATURA VALLE NICCONE

### CARTOGRAFIA

Carta IGM 122 I NO (Niccone)



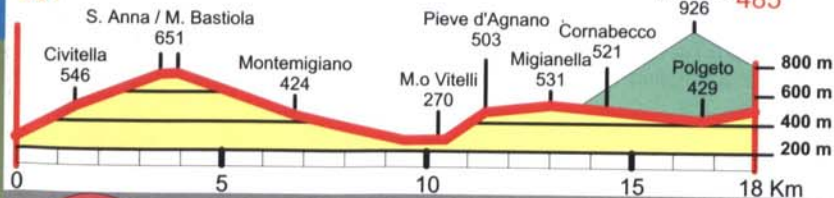
### NOTE CARATTERISTICHE

S. Anna: punto panoramico; I Cecchi: castagneta; Vari castelli (Polgeto)

Prodotti tipici locali: funghi e castagne

Ospedalichchio  
281

Pod. Colle  
M. Acuto  
926  
485



5.00 ore

5.30 ore



### SVILUPPO TRACCIATO

Ospedalichchio (281 m.) - Civitella (546 m.) - S. Anna / M. Bastiola (651 m.)

5E (590 m.) - Montemigiano (424 m.) - Molino Vitelli/5E (270 m.)

P. Agnano (503 m.) - Migianella (531 m.) - Polgeto (429 m.) - P. Colle (485 m.)





5G

## MONTE ACUTO - PREGGIO LISCIANO NICCONE (TRASIMENO)

Considerata la sua lunghezza, quest'escursione viene divisa in due tappe: la prima da Monte Acuto a Preggio e la seconda da Preggio a Lisciano Niccone.

### 1ª tappa (8 km)

**O**ltrepassato Monte Acuto, si prosegue sulla strada asfaltata, debitamente segnalata con bandierine rosse e bianche, che conduce a Preggio. Sulla SX si possono distinguere, seminasconditi dalla vegetazione, i ruderi del castello di Monestevole, che all'inizio dell'anno 1000 faceva parte del sistema difensivo perugino. Più avanti, dopo avere superato Caicocci (606 m.) e San Bartolomeo de' Fossi (614 m.), l'itinerario costeggia Monte Murlo (818 m.), sotto i cui boschi sommitali giacciono le rovine di un antichissimo insediamento, forse dell'etrusca Bellona. Percorsi all'incirca altri 3 km si arriva a Preggio, nei cui pressi un'azienda agrituristica può risolvere il problema della sosta e del pernottamento.

### 2ª tappa (15 km)

**P**rima d'iniziare la discesa verso la valle del Niccone, vale la pena di visitare Preggio (631 m.). Il paesino conta 400 abitanti e occupa la sommità di un colle, attorno ai ruderi della rocca e alle vestigia del castello. Scendendo verso il Niccone, circondati da coltivazioni di foraggio e uliveti, si superano casolari recentemente recuperati nelle strutture murarie. Dopo 5 km, appare alla vista il castello di Reschio (288 m.), che annovera una storia ricca di fatti d'arme e di sangue. Superato il torrente Vallaccia, si devia a SX sulla strada asfaltata e la si segue per circa 3 km. Si devia quindi a SX sulla strada di San Martino di Tisciano che, percorrendo un panoramico crinale, da cui si gode la vista a SX della zona di Preggio e a DX delle montagne che chiudono la valle del Niccone, oltre le quali si estende il Lago Trasimeno, arriva a Croicchie (447 m.). Seguendo il sentiero di crinale a DX, dopo circa 3,2 km, si scende a Lisciano Niccone (314 m.), il più piccolo comune altotiberino.



## SISTEMA 5



All'inizio dell'itinerario molte zone appaiono rimboschite di recente con pino nero. Sul versante settentrionale del Monte Murlo e lungo l'itinerario successivo, la vegetazione è molto abbondante e dominata da Cerro, Roverella e da Castagneti. La piana del torrente Niccone appare intensamente coltivata a tabacco.

SEGNALETICA  
Bandierina rosso-bianco-rosso

**5G M. ACUTO - PREGGIO  
LISCIANO NICCONE**

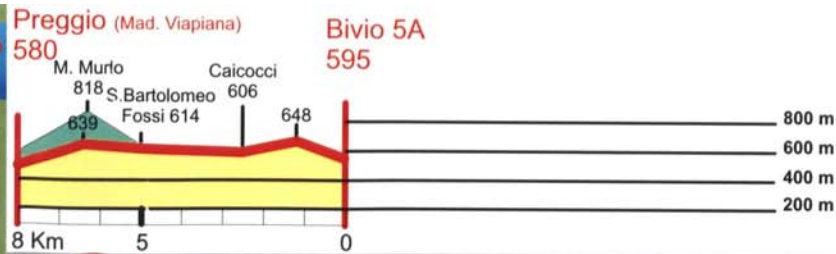
CARTOGRAFIA  
Carta IGM 122 I NO (Niccone) IV NE (Val di Pierle) SE (Passignano)

NOTE CARATTERISTICHE

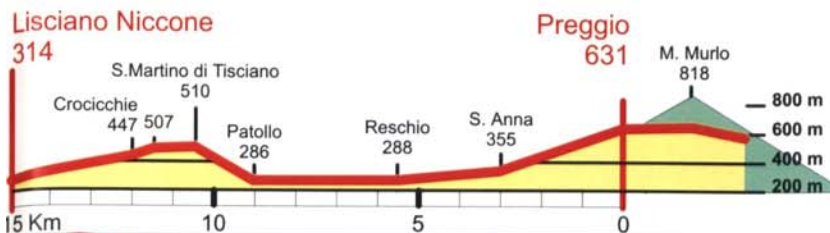
Preggio: piccolo borgo arroccato su un colle; Monte Murlo: (Bellona ?);  
Reschio: castello perfettamente conservato; Lisciano Niccone: castello  
Prodotti tipici locali: funghi e castagne

RISTORO

Fine tappe: Preggio e Lisciano Niccone



2.00 ore ✓  
2.30 ore ✓



5.00 ore ✓  
5.30 ore ✓

