



CAMMINO FRANCESCANO DELLA MARCA

a piedi da Assisi ad Ascoli

Cammini 2020

I edizione: dal 22 al 29 Agosto

II edizione: dal 12 al 19 Settembre

III edizione: dal 26 Settembre al 3 Ottobre

Il *Cammino Francescano della Marca* ripercorre la via che San Francesco seguì nel 1215 nelle sue predicazioni verso le Marche meridionali e unisce idealmente il santuario del poverello d'Assisi con il sepolcro del protettore dai terremoti Sant'Emidio d'Ascoli. È un pellegrinaggio culturale e spirituale di 8 tappe che transita per sterrati e sentieri toccando luoghi di grande pregio artistico e naturalistico. In soli 166 chilometri di sviluppo, il Cammino Francescano della Marca offre una varietà unica e straordinaria di paesaggi e di pregi naturalistici, di tesori architettonici e spirituali, che permette al pellegrino di fare un viaggio nella storia senza pari. Naturalisticamente parlando il Cammino tocca quattro parchi: quello del Monte Subasio, quello dell'Altolina, quello di Colfiorito e il Parco Nazionale dei Sibillini. Si passa dalle sorgenti, dai fiumi e dalle cascate alle paludi, dagli altopiani ai boschi, dalle selvagge forre ai panorami crinali che spesso offrono scorci sul mare Adriatico, dalle dolci colline antropizzate agli aspri calanchi argillosi. Anche l'edizione di quest'anno ha un valore aggiuntivo perché attraverseremo i luoghi colpiti dal sisma. Molte strutture d'accoglienza che ci hanno ospitato fino a quattro anni fa non sono più agibili o non ci sono più. Quindi in un paio di occasioni, d'accordo con le amministrazioni comunali, saremo ospiti in container e strutture destinate agli sfollati. Un modo per conoscere dal vivo la ferita del cratere sismico ma un modo anche per sostenere le poche attività commerciali che ancora resistono.



PROGRAMMA



1° GIORNO - ASSISI / FOLIGNO - 18,9 Km / dislivello +250 m -350 m

- ore 9,00** Ritrovo ad Assisi al Parcheggio Saba Giovanni Paolo II.
- ore 10,00** Benedizione del Pellegrino e consegna delle credenziali presso la Basilica di San Francesco
- ore 10,30** Partenza del CFM
- ore 13,30** Pranzo al sacco a Spello
- ore 17,00** Arrivo a Foligno – sistemazione in struttura di accoglienza
- ore 19,30** Cena in pizzeria

2° GIORNO - FOLIGNO / COLFIORITO - 18,9 Km / dislivello +750 m -200 m

- ore 7,30** Colazione
- ore 8,30** Partenza 2° tappa
- ore 12,30** Pranzo al sacco a Sostino
- ore 18,00** Arrivo a Colfiorito – sistemazione in Hotel
- ore 20,00** Cena in hotel

3° GIORNO - COLFIORITO / PIEVEBOVIGLIANA - 23 Km / dislivello +350 m -750 m

- ore 7,30** Colazione
- ore 8,15** Partenza 3° tappa
- ore 09,00** Visita della botte Varano - opera idraulica romana e rinascimentale
- ore 12,30** Pranzo al sacco Mulino di Gelagna Bassa
- ore 18,00** Arrivo a Pievebovigliana – sistemazione in agriturismo
- ore 20,00** Cena al ristorante

4° GIORNO - PIEVEBOVIGLIANA / VILLA DI MONTALTO - 23 Km / dislivello +650 m -450 m

- ore 7,30** Colazione
- ore 8,15** Partenza 4° tappa
- ore 10,00** Visita alla chiesa di S. Giusto di S. Maroto
- ore 13,00** Pranzo al sacco a Valcimarra
- ore 18,00** Arrivo a Villa di Montalto – sistemazione in strutture di accoglienza
- ore 20,00** Cena al Ristorante
- ore 21,30** Lezione/spettacolo sul francescanesimo

5° GIORNO - VILLA DI MONTALTO / SARNANO - 18 Km / dislivello +700 m -750 m

- ore 7,30** Colazione
- ore 8,15** Partenza 5° tappa
- ore 9,30** Visita alla Grotta dei Frati e alle Gole del Fiastrone
- ore 12,30** Pranzo al sacco all'Abbazia San Salvatore di Monastero
- ore 18,00** Arrivo a Sarnano – sistemazione in hotel
- ore 20,00** Cena in hotel
- ore 21,30** Concerto per i pellegrini

6° GIORNO - SARNANO / COMUNANZA - 22,3 Km / dislivello +600 m -650 m

- ore 7,30** Colazione
- ore 8,15** Partenza 6° tappa
- ore 12,30** Pranzo al sacco ad Amandola
- ore 17,00** Arrivo a Comunanza – sistemazione in hotel
- ore 20,00** Cena in Hotel



7° GIORNO - COMUNANZA / VENAROTTA - 22 Km / dislivello +700 m -750 m

ore 7,30	Colazione
ore 8,15	Partenza 7° tappa
ore 13,00	Pranzo al sacco a Palmiano
ore 16,00	Arrivo a Venarotta – sistemazione in hotel o agriturismo
ore 20,00	Cena e Festa del Pellegrino



8° GIORNO - VENAROTTA / ASCOLI PICENO - 15,2 Km / dislivello +350 m -600 m

ore 8,30	Colazione
ore 9,15	Partenza 8° tappa
ore 12,00	Pranzo del pellegrino a casa Tarli (Tirabotte)
ore 17,30	Arrivo ad Ascoli Piceno
ore 18,00	Consegna della "Emidiana" ai pellegrini al Duomo di S. Emidio



AVVERTENZE CFM 2020

Il Cammino Francese della Marca si farà solo al raggiungimento di minimo 10 iscritti. Non saranno prese altre iscrizioni raggiunto il numero di 20 partecipanti. Il Cammino può essere percorso nella sua interezza, parzialmente o anche in ogni singola tappa. Il gruppo in cammino seguirà l'intero percorso come esposto nel programma descritto precedentemente. Responsabili dei tempi e delle decisioni del gruppo in caso di imprevisti saranno le guide accompagnatrici.

TRASPORTI - Consigliamo di raggiungere Assisi con i mezzi pubblici la sera precedente alla partenza e ripartire sempre con i mezzi pubblici da Ascoli Piceno il giorno successivo all'arrivo. Durante il cammino si avrà sempre un mezzo d'appoggio per trasporto bagagli e recupero persone in difficoltà.

SALUTE - Prima di partire si verifichi il proprio stato di condizione fisica: anche se il percorso non prevede alte quote o tappe difficili, si tenga conto che il cammino reiterato per più giorni è una condizione a cui i più non sono abituati. Le guide saranno i garanti delle vigenti leggi sul distanziamento sociale chiedendo la collaborazione di tutti i partecipanti che sono obbligati a portare mascherine e disinfettanti per mani

ALLOGGIO - In base alle restrizioni per il COVID 19 tutte le strutture alberghiere chiederanno autocertificazione per eventuali condivisioni di camere con congiunti o amici con cui c'è già stato contatto. Chiediamo preventivamente segnalazione per condivisione di camere come indicato nel modulo di iscrizione

VITTO - Il pranzo viene fatto al sacco e si può organizzare individualmente tramite negozi d'alimentari posti sul cammino. Consigliamo, per via della rarefazione di tali negozi, comunque di utilizzare il servizio PRANZO AL SACCO previsto dall'organizzazione. Si tratta di personale automunito che provvederà a fare la spesa, a seconda delle richieste individuali, e preparare in luoghi convenuti i pranzi utilizzando stoviglie e tavolini d'appoggio. Il costo del servizio è di 10 euro al giorno (comprensivo di cibo, bevande, stoviglie e trasporti). Le cene e le colazioni invece sono comprese nel pacchetto convenzionato con le strutture di accoglienza.

BAGAGLIO CONSIGLIATO - Fermo restando che lo zaino più leggero è e meno problemi arreca specie in un cammino di più giorni ecco l'elenco di quanto consigliato come indispensabile:

ABBIGLIAMENTO - per il Cammino: scarpe da trekking, giacca e pantaloni impermeabili da pioggia, coprizaino da pioggia, maglia in goretex, intimo (pochi cambi). Si consiglia di dividere il bagaglio in due parti: lo zaino contenente il necessario per il cammino del giorno e una borsa o zaino per il necessario della notte e per il restante bagaglio che verrà trasportato dal furgoncino di servizio e consegnato ad ognuno a fine tappa

UTILITY - ciabatte da doccia, torcia frontale, saponi e shampoo, piccolo asciugamano, borraccia dell'acqua, sacco a pelo, materassino

FARMACIA - antinfiammatorio, antidolorifico, garze e cerotti, salviettine disinfettanti, guaine per vesciche ai piedi.

MISURE ANTI COVID-19

E' obbligatorio da parte di tutti i partecipanti informarsi riguardo alle disposizioni vigenti al momento della partenza in materia di contenimento del Covid 19 (secondo quanto indicato dal DPCM 4.3.2020 e successivi).

Iscrivendosi ad una delle edizioni 2020 del Cammino Francese della Marca si dichiara sotto la propria responsabilità di non trovarsi in una situazione a rischio di contagio e di osservare e far osservare ad eventuali minori accompagnati tutte le disposizioni sul distanziamento sociale e sull'uso dei DPI impartite dalla Guida.



ISCRIZIONI

L'organizzazione del Cammino Francese della Marca è curata dall'Associazione Culturale VianDante, che provvede agli aspetti tecnici, legali e di sicurezza dei partecipanti all'itinerario. Per parteciparvi occorre:

- 1)** Essere soci dell'Associazione VianDante (15€ l'anno) con tessera valida dell'anno in corso
 - 2)** Scaricare, compilare ed inviare a **camminofrancescano@gmail.com** il modulo d'iscrizione presente qui di seguito in formato pdf. **modulo di iscrizione**
 - 3)** Ricevere una mail di conferma con tutte le indicazioni per perfezionare la partecipazione al viaggio.
- Attenzione: leggere attentamente le seguenti schede:

COSTI DI PARTECIPAZIONE: € 560 + € 15 (tessera Associativa Viandante 2020)

Il costo include:

- tutti i pernotti con colazione e tutte le cene
- guide e assistenti di viaggio
- tutte le iniziative culturali in programma
- il servizio furgone d'appoggio durante l'intero Cammino
- l'assicurazione infortuni
- la credenziale e l'attestato di percorrenza (Emidiana)

Il costo non include:

- i pranzi al sacco
- spese personali, mance, servizi alberghieri extra e quanto non previsto nel programma nella voce "**il costo include**"

ALTRI SERVIZI E SUPPLEMENTI

Il servizio **PRANZO AL SACCO** è facoltativo ed è gestito da personale automunito che provvederà a fare la spesa, a seconda delle richieste individuali, e preparare in luoghi convenuti i pranzi utilizzando stoviglie e tavolini d'appoggio. Il costo del servizio è di 10 euro al giorno (comprensivo di cibo, bevande, stoviglie e trasporti).

PRENOTAZIONE PER SINGOLE TAPPE

Nel caso di partecipanti che vogliono prenotare 1 o più tappe, ma non l'intero cammino, il costo per ogni singola tappa è di € 80 che include servizi assicurativi, furgone d'appoggio, guide, attività culturali, cena e pernottamento o di € 40 senza cena e pernottamento. Segnalate con una mail il vostro itinerario previsto all'indirizzo **camminofrancescano@gmail.com**

Caparra € 100 da inviare tramite bonifico bancario intestato a:

VIANDANTE ASSOCIAZIONE – Banco Desio

IBAN IT50S034401340000000002487

Oggetto: Contributo partecipazione CFM + nome

L'iscrizione sarà accettata solo al momento della notifica del bonifico bancario della caparra e sarà certificata da una mail di risposta.

IL TEAM DEL CFM è formato da guide escursionistiche abilitate, oltre che da assistenti dell'Associazione.

altre informazioni sul cammino sul sito **www.camminofrancescanodellamarca.it**

