

Itinerario n. 132 - Calvi dell'Umbria-M.S.Pancrazio-M.Cosce

Scheda informativa



Punto di partenza: Calvi dell'Umbria (TR)
Distanza da Roma : 80 km
Lunghezza: 25-33 km
Ascesa totale: 750-1050 m
Quota massima: 1027-1121 mslm
Tempo in sella: 2h 30m
Sterrato: 50 %
Cartografia: IGM 1:25.000
Prima effettuazione: ottobre 2008
Ultimo aggiornamento: marzo 2010

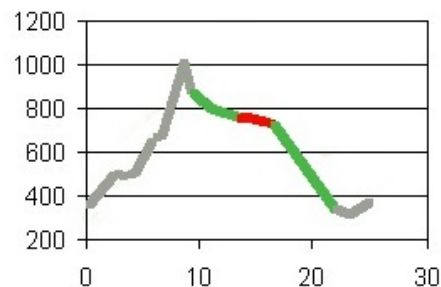
Generalità

Itinerario mediamente impegnativo, sulle alture boschive sopra il bel borgo medioevale di Calvi dell'Umbria. Ampi panorami sulla Sabina e sulla valle del Tevere, anche se le due cime principali sono purtroppo "rimboschite" da numerose antenne. Da Calvi una salita piuttosto dura, su stradine asfaltate ma non trafficate, porta alla vetta di M.S.Pancrazio. Segue una bella discesa sterrata sul versante ternano, fino alle pendici di M.Cosce, che si può salire su una buona strada di servizio. Si prosegue scendendo verso Calvi, prima con tratti di sentiero difficile nel bosco, poi su una bella sterrata. Fontane, bar, alimentari solo a Calvi: necessaria buona scorta d'acqua specialmente nelle giornate più calde. Itinerario percorso e documentato da Francesco, Giulio e Raffaele.

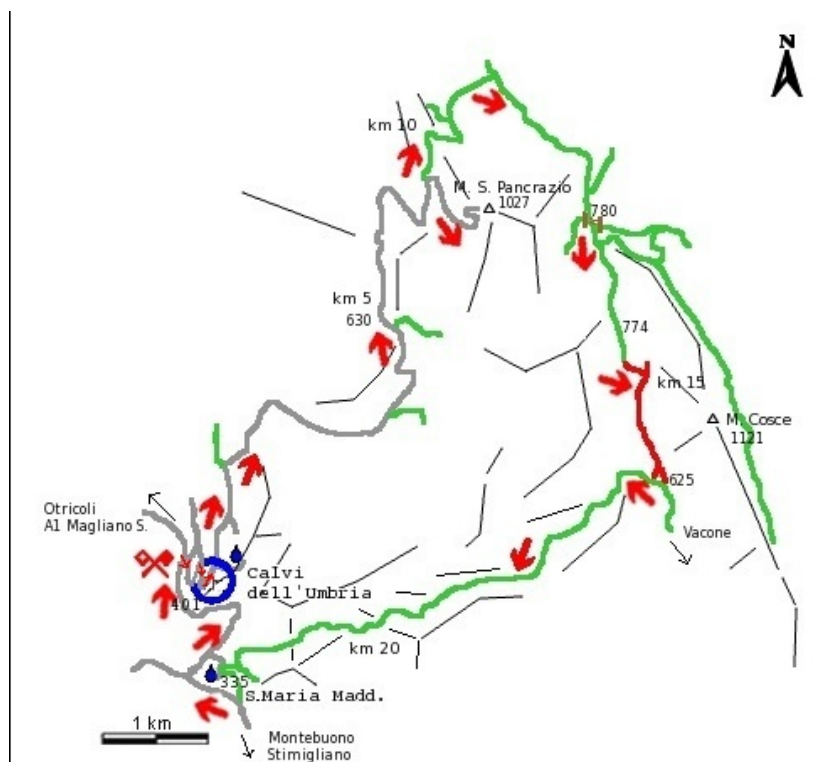
Come arrivare

Calvi dell'Umbria si trova presso il confine tra le province di Terni e Rieti. Si raggiunge dall'uscita Magliano Sabina della A1, seguendo la SS3/SR3 (Via Flaminia), verso Otricoli e Narni. Dopo ca. 1,3 km si volta a dx (Strada di Calvi), seguendo le indicazioni stradali. Si entra nel paese salendo da Via della Pinetina e dopo circa 400 m si posteggia sulla sin., presso l'ufficio postale.

Altimetria



Mappa



Descrizione percorso



Km 0,0 - 390 mslm

Dal posteggio si sale verso il centro di Calvi, voltando subito a dx sulla Via Narnense.



Km 0,2 - 400 mslm

Si volta a sin, in salita ripida su Via della Collegiata.



Km 0,4 - 425 mslm

Si sale ancora a sin, su Via Monte S. Pancrazio.



Km 0,9 - 465 mslm

Si prosegue a sin, in falsopiano. Dopo una breve discesa inizia la salita (tutta asfaltata) di M. S. Pancrazio, con alcuni rettilinei lunghi e ripidi (recinto di allevamento cinghiali sulla dx). Un breve falsopiano (canile sulla dx, ma ben recintato!) ci permette di prender fiato prima del tratto finale, sempre asfaltato, ma con altri lunghi rettilinei e pendenze continue al 13-15% e oltre.



Km 6,9 - 900 mslm

Si sale verso la cima, notando a sin la sterrata che percorreremo dopo, una volta ridiscesi dalla vetta. Si salgono ancora un paio di rettilinei lunghi e ripidi.



Km 8,2 - 1027 mslm

Siamo in vetta (cappella in pietra): bel panorama verso Ovest sulla valle del Tevere. Si ridiscende l'ultima parte della salita.



Km 9,4 - 900 mslm

Si prende a dx (Nord), sulla sterrata che avevamo visto durante la salita. Dopo un primo tratto in falsopiano (con GROSSE buche per bloccare l'accesso delle auto: attenzione!) si percorre una bella discesa sterrata.



Km 10,9 - 820 mslm

Si prosegue a dx sulla carrareccia principale: dopo un altro tratto in falsopiano, breve risalita attorno ad un allevamento recintato e successiva discesa (tratti ripidi cementati).



Km 13,1 - 775 mslm

Si lascia la sterrata principale, salendo ripidamente a dx (fondo sconnesso).



Km 13,4 - 785 mslm

Si arriva ad una radura. Si volta a sinistra,



...si attraversa un'apertura nella parte sin. di un cancello sempre chiuso e si prosegue verso dx (Sud).



S'inizia a scendere, su sterrata sassosa e sconnessa. Voltando a sin si può salire la sommità del M. Cosce, (1121 mslm): per arrivare fino in vetta (circa 4 km , su strada di servizio degli impianti di trasmissione) si sale un primo tratto sterrato ripido, si volta a dx verso Sud, si prosegue a lungo in falsopiano e poi si affronta la salita finale, dura ma asfaltata.

Si



Km 14,2 - 780 mslm

Il percorso principale continua con la sterrata che risale brevemente terminando presso alcuni recinti nel bosco. Si scende, ancora verso Sud, su pista dissestata (molto fangosa in caso di pioggia).

Km 14,7 - 730 mslm

La pista termina: si prende a sin un sentierino (bici in spalla), seminascosto tra rovi e arbusti. Si sale per pochi metri, si attraversa verso sin un prato sassoso e si prosegue ancora a sin nel bosco, su sentiero sconnesso (bici a mano).



Km 15,0 - 750 mslm

Si sbocca su un'altra traccia di sentiero, nel bosco molto fitto: si volta a dx e si prosegue verso Sud, su fondo sassoso e sconnesso, con qualche breve sali-scendi (in sella solo a tratti). Questo sentiero è riportato sulla vecchia carta IGM 1:25000 (Atlante Italiano), ma NON è evidente su foto satellitari Google e Bing. Attenzione all'orientamento, con segnale GPS debole!



Km 15,9 - 710 mslm

Si aggirano a dx alcuni alberi e si prosegue verso Sud, al bordo di un'altra piccola radura, su traccia poco evidente.



Km 16,0 - 705 mslm

Si sbocca su una sterrata (facendosi largo tra arbusti!): si volta a dx e s'inizia a scendere verso Ovest. La discesa nel bosco all'inizio è abbastanza impegnativa (tratti ripidi e sconnessi). Dopo aver attraversato il fondo di un fosso sassoso (bici a mano; attenzione in caso di forti piogge) si risale brevemente e si prosegue, prima in falsopiano poi di nuovo in discesa, su una buona carrareccia.



Km 21,4 - 380 mslm

Si continua a scendere seguendo un ripido tornante verso dx.

Km 21,6 - 340 mslm

Alle prime case della frazione S. Maria Maddalena, si scende verso sin, ancora su sterrata.



Km 21,9 - 320 mslm

Si prende a dx la provinciale Montebuono-Magliano Sabina seguendo le indicazioni per Calvi.



Km 22,7 - 295 mslm

Si prende la strada a dx in salita, sempre seguendo le indicazioni per Calvi.



Km 24,9 - 360 mslm

Si prende ancora a dx, seguendo le indicazioni per il centro storico di Calvi: si prosegue in salita su Via della Pinetina, fino al punto di partenza.