



Sarnano: le cascate perdute... RITROVATE!

Domenica 2 Giugno 2024



BREVE DESCRIZIONE

Partendo e rientrando al centro di Sarnano, un percorso ad anello lungo il corso del torrente Tennacola e del suo affluente Fosso dell'Acquasanta, ammirandone le spettacolari cascate.

PROGRAMMA

- **Ore 09:00:** ritrovo e breve briefing presso il [**Palazzetto dello Sport in Via Ludovico Scarfiotti, 62028 SARNANO \(MC\)**](#). (Per le indicazioni cliccare sul link). Si lasciano le auto nel parcheggio del palasport e ci si vede davanti all'entrata.
- **Ore 09:10:** partenza a piedi. Lungo il tragitto (poco dopo la prima cascata e lungo la strada di ritorno verso Sarnano) si percorreranno brevi tratti di strada asfaltata. Il resto del percorso è interamente su

sentieri o su piccole strade bianche. Durante il percorso sono previste delle brevi soste presso i punti di maggior interesse ed una sosta più lunga per pranzare al sacco.

- **Ore 15:00 circa:** rientro a Sarnano e fine escursione. Per chi vuole, è possibile rifocillarsi presso uno dei vari bar di Sarnano, concludendo con una meritata bevuta e qualche snack di accompagnamento. A chi non la conosce, è anche consigliabile una breve visita della città.

PERCORSO E NOTE

- **Distanza totale a piedi: circa 13 KM,** Percorso ad anello.

- **Dislivello totale in salita:** circa 380 metri.

- **Difficoltà: E.** Il dislivello non è impegnativo, ma il sentiero presenta brevi tratti sconnessi e alcuni piuttosto ripidi e la distanza da percorrere non è breve. Considerando anche il clima caldo di inizio estate, è consigliabile partecipare solo se si è in buona forma fisica.

- **Tempo:** circa 4 ore e mezza di cammino, a passo regolare, escluse le soste.

- **Pranzo al sacco!** Dato che durante l'escursione non ci sarà modo di "fare la spesa", è indicato arrivare già provvisti del necessario per pranzo e snack, e con le borracce già riempite: lungo il percorso non ci sono punti ove rifornirsi di acqua potabile.

ATTREZZATURA NECESSARIA

Dato che il percorso si svolge lungo un torrente, si raccomanda l'utilizzo di scarponcini da trekking possibilmente alti. Potrebbe risultare utile avere nello zaino anche un paio di calzettoni di riserva.

Per il resto, abbigliamento come da consuetudine: da montagna con giacca a vento, pantaloni lunghi, pile, cappello, occhiali da sole, creme solari. Provviste necessarie per pranzo al sacco e qualche snack da rosicchiare lungo il cammino, e borraccia con buona riserva d'acqua (si consiglia almeno 1,5 litri).

N.B.: PRENOTAZIONI ENTRO MAX ORE 13:00 DI VENERDI' 31 MAGGIO.

Inviare messaggio WhatsApp a:

- **Stefano Pasquini – Guida Ambientale Escursionistica – tel. 331 2705405**

LE USCITE SONO APERTE AI SOLI TESSERATI T.N.U./ F.I.E. / CSEN PER L'ANNO IN CORSO. ECCEZIONALMENTE, COLORO CHE DESIDERINO FARE UNA PRIMA ESCURSIONE DI PROVA CON L'ASSOCIAZIONE POSSONO PARTECIPARE VERSANDO LA QUOTA DI 5 EURO PER LA COPERTURA ASSICURATIVA GIORNALIERA E COMUNICANDO, **ENTRO MAX VENERDI' 31 MAGGIO**, IL PROPRIO NOME, COGNOME, CODICE FISCALE, LUOGO E DATA DI NASCITA ALL'ACCOMPAGNATORE REFERENTE. SONO ESCLUSE LE USCITE DI PIU' GIORNI E QUELLE ORGANIZZATE IN PULLMAN. E' IMPORTANTE, SOPRATTUTTO ALLE PRIME ESPERIENZE ESCURSIONISTICHE, CONFRONTARSI E CHIEDERE QUALSIASI DELUCIDAZIONE ALL'ACCOMPAGNATORE, COMUNICANDO EVENTUALI PROBLEMATICHE DI QUALSIASI NATURA. PER LA PARTECIPAZIONE ALLE USCITE, AI FINI DELLA SICUREZZA PERSONALE, E' RICHiesto ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA IDONEA DESCRITTA ALLA VOCE "ATTREZZATURA NECESSARIA". EVENTUALI CANI AL SEGUITO SARANNO ACCETTATI SOLO SE CONDOTTI DAI PROPRIETARI TRAMITE GUINZAGLIO DI TIPO CORTO. PER RAGIONI TECNICHE, CLIMATICHE O DI ALTRA NATURA, LE ESCURSIONI POTRANNO ESSERE ANNULLATE O SUBIRE VARIAZIONI AD INSINDACABILE DECISIONE DEGLI ACCOMPAGNATORI.