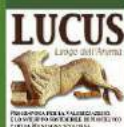


- Itinerario consigliato
- 1 — Sentiero segnalato (CAI)



Realizzazione: emaki srl  
 Itinerari e testi: Claudia Grisanti e Mauro Magrini  
 Cartografia: Stefano Bonilli, emaki srl  
 Progetto grafico: Mario Brunetti, emaki srl  
 Stampa: www.delgalloeditori.com

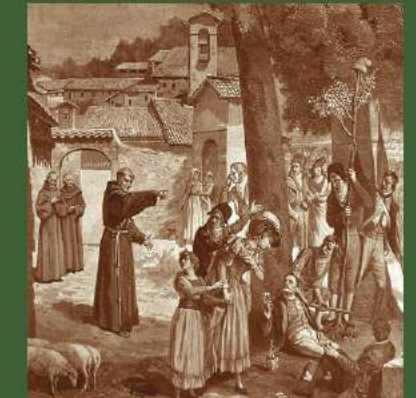


La **Montagna Spoleatina** è percorsa da numerosi itinerari pedonali che ricalciano in gran parte la viabilità storica. In questa carta sono stati selezionati quelli ritenuti più efficaci nel far conoscere i tanti motivi d'interesse paesaggistico, ambientale e storico-artistico. La numerazione dei sentieri è quella attribuita dalla sezione di Spoleto del Club Alpino Italiano (CAI) e indicata sul posto da appositi segnavia. Gli itinerari qui descritti coincidono in massima parte con essi, tranne alcuni tratti definiti nei testi come **tracciati non segnalati**. Per far ritorno a Spoleto da Ceselli e da San Pietro in Valle-Macenasano in autobus occorre informarsi presso Servizio Turistico - IAT di Spoleto, Tel. +39 0743 218620-21

**Storia**  
 La Montagna Spoleatina racchiude in sé millenni di storia religiosa. Le sue peculiarità geografiche, dalla ricchezza del manto boschivo alla diffusa presenza delle acque alla natura stessa del suolo, l'hanno eletta spazio privilegiato per la vita di preghiera e meditazione. Reso inviolabile in epoca pagana dalla Lex Spoleatina, il bosco di Monteluco diventa sede, a partire dal V secolo, di uno dei più vasti movimenti eremitici del tempo. La sua nascita è da porre in relazione con la figura di sant'Isacco, giunto dalla Siria. Il suo esempio è seguito da numerosi altri monaci e presto la Montagna diventa sede di uno ster-



minato monastero in cui si conduce vita isolata in celle o grotte scavate nella roccia. Parallela è l'esperienza dei monaci Giovanni e Lazzaro, anacoreti siriaci insediatisi sul monte Solenne, nei pressi di Ferentino, sul versante della Montagna che domina il corso del Nera, e dei loro compagni Mauro e Felice, stabilisii poco oltre lungo il corso del fiume. Tutte queste esperienze si riuniranno poi sotto il comune modello monastico benedettino. A Monteluco fiorì l'abbazia di San Giuliano, punto di riferimento della vasta colonia eremitica, nel 1547 trasformata in congregazione e successivamente avviata ad un inesorabile processo di laicizzazione: l'esperienza ascetica di Mauro e Felice sarà all'origine dell'importante monastero di San Felice di Narco; a Ferentino, sul luogo del primitivo cenobio anacoretico verrà fondata l'abbazia di San Pietro in Valle. Voluta dal duca longobardo Faroaldo II, il potente monastero sarà anche strategico avamposto per l'espansione territoriale del ducato in Valnerina. La vicenda spirituale di San Francesco trovò analogo compimento in questi luoghi. Nella tradizione dell'Ordine fu lo stesso Francesco a fondare nel 1218 un primitivo cenacolo su Monteluco, secondo in ordine di tempo a quello urbano di Sant'Apollinare. Alcune tra le maggiori glorie francescane qui vissero e prepararono, ereditando la sacralità del monte. E furono gli stessi francescani i protagonisti degli ultimi sussulti di misticismo quando, sul finire del XVII secolo, il beato Leopoldo da Gaiche tentò di scacciare le truppe francesi salite sul monte a piantare l'albero della libertà.



**Natura**  
 La Montagna Spoleatina, di cui Monteluco costituisce l'estremità settentrionale, è una dorsale calcarea allungata da nord a sud, estesa circa 7.000 ettari, compresa tra la Strada Statale Flaminia e la Valle del Nera. Piccoli centri abitati (Mastello, Sustricio, Acqualaria, Torrecola, Belvedere, Ancaiano, Le Cese, i ruderi di Sensati, Vallocchia, Borraione) sono disposti ad anello intorno al massiccio; più interni e a quote più elevate si trovano Monteluco, Le Porelle, Le Aie e Patrico. Il rilievo culmina nei 1337 m s.l.m. di Monte Fionchi; è inciso da profonde valli con ripidi versanti boscosi e pareti rocciose a strapiombo, e presenta alcune tipiche manifestazioni del carsismo come doline, piani, piccoli inghiottitoi e grotte. La circolazione idrica superficiale è pertanto piuttosto scarsa, ma dove l'acqua incontra rocce impermeabili esce allo scoperto, forma sorgenti e fessii come Valcieca, Vallocchia e l'Intera, ne incide il corso, leviga "marmitta" e salta in belle cascate. L'area è occupata in massima parte da boschi di caducifoglie e di sclerofille sempreverdi: formazioni di carpino nero e ornello, querceti di roverella, castagne, qualche nucleo di faggio alle quote più elevate, pinete a pino d'Aleppo e leccete. Tra queste ultime spicca quella secolare di Monteluco. La composizione dei boschi è molto varia; oltre alle specie arboree dominanti compaiono aceri, carpini bianchi, noccioli, meli e ciliegi selvatici, sorbi, maggiociondoli, corbezzoli e tanti arbusti come viburno, filirea, alaterno, erica multiflora, corniolo, sanguinello, biancospino, evonimo, ginepro, ginestra odorosa e rovo. In alcune stazioni sono presenti i rari tasso e agrifoglio. Su alcuni versanti assai sono presenti gli oliveti e intorno ai piccoli insediamenti, anche in montagna, si trovano seminativi e prati. Alle quote più elevate, da 1000 metri in su, si sviluppano i pascoli montani. Come in gran parte dell'Appennino essi sono costituiti da formazioni *xeriche*, cioè tipiche di aree secche e di terreni poco profondi dove spesso affiora la roccia madre. Le erbe dominanti sono graminacee come il forasacco eretto, o leguminose come il trifoglio montano dai pratipassoli pingui. Tra le specie più vistose si ricordano il narciso, alcune orchidee, la violetta di Eugenia, endemica dell'Appennino, e il giglio rosso. La fauna della Montagna Spoleatina è ricca e diversificata, con almeno 134 specie di vertebrati presenti: 10 di anfibi, 10 di rettili, 89 di uccelli nidificanti e 6 svermanti (i nidificanti sono 79) e 25 di mammiferi. Il 37% di questi animali sono considerati di grande pregio scientifico e conservazionistico, perché rari e/o minacciati spesso anche a livello nazionale ed europeo. Delle specie di maggior interesse si ricordano tra gli anfibi la salamandrina dagli occhiali e l'ululone a ventre giallo (piccolo rospo legato alle sorgenti), tra i rapaci diurni il biancone, il lanano e il pellegrino, tra i passeriformi la rondine montana, il cubianco, il codorosso, il passero solitario, il lui verde e lo zigolo muciatto, tra i mammiferi l'istrice, il lupo e il gatto selvatico. L'importanza delle caratteristiche ambientali di Monteluco e di tutta la Montagna Spoleatina è sancita tra l'altro dall'individuazione, ai sensi delle direttive CEE e del Progetto Biotopi, del "sito di interesse comunitario" (SIC) Monteluco di Spoleto e della "zona di protezione speciale" (ZPS) Bassa Valnerina; Monte Fionchi - Cascata delle Mammore.

**Da Spoleto a Monteluco**  
 Circa 2 km da Spoleto (413 m) fino a Monteluco (800 m). Circa 3 km da Monteluco (800 m) per San Giuliano (628 m) fino a San Pietro (390 m). La mulattiera (sentiero n. 1) che partendo dal Fortilizio dei Mulini s'inerpica su Monteluco è tradizionalmente nota come "la corta", ma è in realtà l'originaria strada comunale Spoleto-Monteluco. Essa risale il ripido versante nord-occidentale del rilievo, ammantato da un esteso bosco di leccio in gran parte d'alto fusto, di eccezionale valore scientifico, storico e paesaggistico. Si tratta di una formazione mediterraneo-montana di tipo "mesofilo", sviluppata cioè in una situazione con buon grado di umidità; in essa, caratterizzata dalla presenza del maggiociondolo, abbondano il bosso, il pungitopo e l'evonimo latifoglio. La millenaria importanza della foresta è testimoniata innanzitutto dal nome stesso (lucus = bosco sacro) e dalle antiche, severe leggi di protezione come la Lex Spoleatina. Recamentemente il valore dell'ambiente è stato riconfermato dalla sua individuazione come *Sito di Interesse Comunitario* secondo le direttive CEE. I lecci secolari di Monteluco sono alti e rugosi, casa ideale per i grandi coleotteri, per il picchio verde, il picchio rosso maggiore, il rampichino e il picchio muratore. A circa 500 metri dall'inizio del sentiero, una deviazione conduce al complesso di Sant'Antonio abate, probabile luogo di un antico romitorio. Tornati indietro si riprende a salire per "la corta", raggiungendo in breve la zona degli eremi, utilizzati dagli anacoreti a partire dal V secolo e oggi per lo più inclusi in proprietà private. Sono qui segnalati quelli più facilmente rintracciabili. Al n. 11 è l'eremo di San Paolo Protoeremita, nell'Ottocento di proprietà della famiglia Marignoli cui si deve la costruzione della chiesa di San Francesco d'Assisi. L'eremo delle Grazie (attualmente residenza d'epoca) acquisì grande importanza nel secolo XVI, quando, partiti i Benedettini da San Giuliano, divenne il nuovo luogo di riunione dei romiti e residenza del priore della congregazione. L'eremo di San Michele Arcangelo (n. 8) conserva tre profonde grotte, una delle quali fu in epoca remota adattata ad oratorio. L'eremo di San Bonifacio (n. 10), di Santa Maria Maddalena (n. 11), di San Girolamo (n. 15) e di Santa Croce (n. 17), invece, nulla più conservano degli antichi romitori. La villa più elevata, impropriamente chiamata eremo di Sant'Isacco, è il luogo dove sorge-

vano gli eremi di Santa Maria de Gripta e di San Giovanni de Gritis, il cui nome è evidente allusione ad una moltitudine di grotte ancor oggi verificabile. Superati gli eremi si attraversa la strada provinciale e si risale fino alla sommità del monte, costeggiando nell'ultimo tratto il muro di cinta del convento di San Francesco, secondo la tradizione da lui stesso fondato nel 1218. Più volte ampliato e rinnovato, ospitò alcuni tra i maggiori esponenti dell'Ordine. Tra questi è Leopoldo da Gaiche, che nel 1788 riorganizzò il cenacolo e tentò di ripristinare l'antica austerità del monastero. Nei pressi del convento è il Bosco Sacro, delimitato da un muro in pietra. Qui è collocata una copia della Lex Spoleatina, il cui originale è conservato nel Museo Archeologico Nazionale di Spoleto. Addentrandosi nel bosco si giunge al Balvedere e ad alcuni romitori il cui nome ricorda i santi che probabilmente vi sostarono in preghiera. Da Monteluco è possibile tornare a Spoleto anche per un itinerario alternativo alla "corta": 100 metri dopo l'ultimo dei "vilini" si abbandona il sentiero n. 1 e si scende verso destra per un tracciato non segnalato, si supera un piccolo fosso asciutto e 500 metri più avanti si torna sul sentiero n. 1 per scendere fino alla chiesa di San Giuliano. Sorta nel XII secolo sul luogo del primitivo monastero fondato dal monaco Isacco, divenne poi abbazia benedettina e punto di riferimento per gli eremiti di Monteluco. Da San Giuliano, tra prati e boschi, si scende fino alla chiesa di San Pietro, costruita su un primitivo tempio del V secolo dedicato all'apostolo. Luogo privilegiato di sepoltura dei vescovi spoletini, fu ricostruita tra la fine del XII e l'inizio del XIII secolo. A questa fase risale la decorazione scultorea della facciata, vero e proprio capolavoro del Romanico umbro.



**Giro dei Condotti**  
 La tradizionale e suggestiva passeggiata che fronteggia il colle Sant'Elia e la Rocca Albornoziana si snoda per circa 1 km lungo il primo tratto del sentiero n. 3, dal Fortilizio dei Mulini al Ponte Sanguinato. Deve il suo nome al fatto che ricalea in parte gli acquedotti che si dirgono al Ponte delle Torri. Poco sotto il tracciato è la grotta di San Leonardo, il più settentrionale degli insediamenti eremitici di Monteluco. L'itinerario domina la stretta valle del torrente Tessino, sulle cui rocce calcaree nidificano rondini montane, passeri solitari e codicci spazzacamini. La vegetazione dominante è quella caratteristica mediterranea: oltre al leccio, il corbezzolo, il viburno, la filirea, lo spinoso straccielabraghe e molte altre specie arbustive ed erbacee, ambiente ideale dell'*africana* istrice. Imboccando il ramo di sinistra del sentiero n. 3 presso un ampio spiazzo, si può raggiungere l'ex chiesa di Sant'Elisabetta e il piccolo monastero ad essa congiunto (XIII secolo). Da qui un ripido sentiero tra bosco e oliveto conduce rapidamente in città, all'altezza del quartiere della Ponanziana. Se non si scende a Sant'Elisabetta e si prosegue in piano, si arriva in breve al Ponte Sanguinato. Dopo averlo attraversato, lasciando il sentiero n. 3, che risale la Valcieca, si percorre il versante sud-occidentale del Colle Ciciano (tracciato non segnalato) fino ai duecenteschi resti della chiesa e del monastero di Santa Maria *inter Angulos* o delle Palazze. Da qui si può scendere verso il complesso di San Ponziano e raggiungere la città.

**Da Spoleto alle Cese, verso San Pietro in Valle**  
 Circa 9 km da Spoleto (413 m) per il valico di Castellomonte (925 m) fino alle Cese (618 m). Circa 4 km dalle Cese (618) per Pontuglia (356 m) fino a Ceselli (277 m). Circa 8 km dalle Cese (618 m) intorno a Monte Solenne (1000 m) fino a San Pietro in Valle (364 m). L'itinerario, contrassegnato dal n. 3, comincia presso il Fortilizio dei Mulini (Ponte delle Torri) e per circa un chilometro si snoda lungo il "Giro dei Condotti". Raggiunto il crinale di S. Elisabetta il sentiero piega deciso a destra inoltrandosi nella boscosa Valcieca nel cui primo tratto compaiono ancora ulivieri terrazzati. Proseguendo, il leccio e altre specie mediterranee come il corbezzolo lasciano il posto a carpino nero e ornello, mentre sul versante opposto vegeta il pino d'Aleppo. Si raggiunge quindi una zona con fondovalle più ampio, dove la presenza d'acqua permette la vita a pioppi e salici. Attraversata la valle si sale fino alla sella di Castellomonte dove ci si affaccia sulla media Valnerina e si osservano il massiccio del Coscerro-Aspra verso est e la cima di Monte Solenne a sud. S'incrocia qui il sentiero n. 4, per le Porelle, e il Sentiero dei Castellieri (S. C.), nel tratto Vallocchia-Patrico. Il sentiero n. 3 scende quindi verso Sensati. Poco prima del piccolo insediamento, abbandonato da almeno cinquant'anni, si può osservare un'antica "piantata" di ornelli utilizzati un tempo come "tutori" della vite. Superati i ruderi di Sensati con una ripida discesa, si osservano gli imponenti speroni e le pareti calcaree dello stupendo Fosso di Pontuglia, ammantato da fitte leccete. Tutto l'ambiente è di grande importanza taunistica, in particolare per la presenza di trola fiera, gambero di fiume e di alcuni uccelli tipici delle aree rocciose, come pellegrino, ghioppo, rondine montana e passero solitario. Il sentiero percorre il bosco, a prevalenza di carpino nero e ornello, che è tanto in tanto si apre scoprendo tutto il vallone fino a Castellomonte. Nell'ultimo tratto, su suoli più acidi, compare il castagno, il sentiero sbocca sulla strada presso un piccolo cimiero. Da qui si può scendere a Pontuglia (dove è stato recentemente recuperato un antico mulino

ad acqua) e raggiungere quindi il fondovalle del Nera a Ceselli, castello medievale sorto a difesa dell'abbazia di San Pietro in Valle. Nel paese, oltre alla chiesa di San Vito edificata nel 1080, si segnala quella di San Sabino. La dedica al vescovo e martire, cui a Spoleto sono intitolate ben due chiese, è testimonianza del parallelismo del culto nelle due valli. Dal cimiero si può invece risalire alle Cese, antica villa di transito tra Spoleto e la Valnerina, il cui nome è evidente derivazione dal latino (*caesa* = bosco tagliato). Se si raggiunge poi il valico tra le Cese e Ancaiano, si può continuare, lungo un tracciato non segnalato, verso l'abbazia di San Pietro in Valle. Il percorso, circa 8 chilometri, aggira prima la sommità di Monte Solenne, poi ne scende il versante sud-est fino all'abbazia. In posizione dominante sulla valle, essa è un vero e proprio palinsesto storico dall'età romana ai nostri giorni. Ad un nucleo pagano si sostituisce infatti tra IV e V secolo un insediamento eremitico che, secondo la tradizione, accolse gli anacoreti Giovanni e Lazzaro. Giunti dalla Siria, i due sarebbero stati compagni di Lorenzo, presunto vescovo di Spoleto e tra i diretti eredi del monaco Isacco del Monteluco. Sul luogo del loro romitorio, tradizionalmente identificati con una singolare costruzione poco lontana dall'attuale abbazia, il duca di Spoleto Faroaldo II avrebbe fatto costruire l'edificio sacro e l'annesso monastero di cui egli stesso divenne monaco. Mausoleo dei duchi spoletini - dopo Faroaldo vi si ritirarono Trasamondo, Hildone Dagliopa e il duca Viriginio -, la chiesa venne radicalmente restaurata sullo scorcio del X secolo e decorata alla fine del XII da un pregevole ciclo di affreschi con *Scene del Vecchio e Nuovo Testamento*. Quelli dell'abside, dalla metà del XV secolo, rappresentano invece una teoria di santi benedettini: tra essi compare anche Mauro, padre di San Felice e compagno di Giovanni e Lazzaro, che la tradizione riconosce quale fondatore dell'importante monastero benedettino di San Felice di Narco.

**Da Spoleto a Patrico e Monte Fionchi**  
 Circa 5 km da Spoleto (SS Flaminia, 375 m) fino a Patrico (1018 m). Circa 6 km da Patrico (1018 m) per Castalmonte (925 m) e Valcieca fino a Spoleto (Ponte delle Torri, 413 m). Circa 4 km da Patrico (1018 m) a Monte Fionchi (1337 m). La "Strada dei Patriciani", sentiero n. 6, si diparte dalla Strada Statale Flaminia poco a sud di Spoleto. Attraversato il torrente Tessino si lascia la strada che prosegue lungo il Fosso di Vallocchia risalendo tra grandi querce fino ad alcuni insediamenti rurali. Da qui ci si inoltra in un bosco di leccio in cui compaiono roverella, carpino nero, ornello, castagno, acero campestre e manore, baccarello e corbezzolo. Raggiunto il crinale si continua lungo una strada carrabile che lambisce il convento di Sant'Anna. È questo il luogo scelto dai Cappuccini nel 1541 per il loro primo convento spoletino, trent'anni prima cioè che costruissero quello di colle Attivoli, più spazioso e vicino alla città. Il bosco è ora a prevalenza di pino d'Aleppo accompagnato da erica e terebinto. Dopo un tratto piuttosto ripido si sale più gradualmente fino al valico da cui parte il sentiero n. 7 per Casa San Betteone e le Aie; la prima, ridotta a rudere, è dominata da una lunga parete di calcare massiccio alla cui base alcune cavità vennero utilizzate come insediamenti eremitici. Circa 500 metri più avanti si scoprono verso est i Monti Martani. Proseguendo, leccio e pino d'Aleppo lasciano il posto alla roverella e un'ampia dolina a fondo piatto è invasa da arbusti di ginepro, rosa canina, pruno, biancospino, ginepro. Proseguendo si attraversano piccole radure colonizzate dal ginepro e tra prati con frequenti affioramenti di roccia si arriva a Patrico, antica villa di transito sul percorso Spoleto-Ancaiano. La parca antica del paese conserva i caratteri dell'edilizia quattro-cinquecentesca (case generalmente in pietra, talvolta dalle mura perimetrali curve) ma non mancano discutibili interventi realizzati in questi ultimi anni. L'edificio più antico è la chiesa di San Crisanto. La dedica è ad uno dei primi vescovi di Spoleto e l'unica che si sia conservata in tutta la vasta diocesi. Sebbene i caratteri generali dell'edificio rimandino al XIV-XV secolo, taluni particolari ne dimostrano un'origine più antica, precedente al paese stesso. Anche la nascita di Patrico si leggherebbe dunque all'esistenza di una chiesa o cappella isolata. A sud delle Cese, su di un'altura che sovrasta la piccola valle denominata "campo di Palle", sono i ruderi della "Torreccia". Resti di muraure e torri lasciano pensare che si tratti delle superstiti tracce di un piccolo castello due-trecentesco. Oltrepassato il paese si prosegue per la strada carrabile e dopo 500 m s'incontra il Sentiero dei Castellieri (S. C.), fortificazioni proporzionistiche costruite sulle alture, piuttosto diffuse sui pascoli dei monti intorno a Spoleto. Volendo far ritorno alla città compiendo un circuito, si prosegue a sinistra per scendere poi a Castellomonte e quindi lungo tutta la Valcieca per il sentiero n. 3. Proseguendo a destra ci si dirige invece verso Monte Fionchi, attraverso querceti di roverella e cerro alternati ad aree cuspidate. Nei versanti seminativi abbandonati al valico dal tracciato compaiono grigi cumuli di pietre estratte dal terreno per facilitarne la lavorazione. Il Sentiero dei Castellieri cammina ormai sui pascoli, poco sotto lo spartiacque con la Valnerina. Raggiunta una fonte si sale dritti alla piccola sella da cui si scopre una grande e pianeggiante dolina erosa con tre grandi aceri campestri. Proseguendo si raggiunge Monte Fionchi. Quest'area è una "zona di protezione speciale" (ZPS) individuata dal Progetto Biotipi ai sensi della cosiddetta Direttiva Uccelli della CEE. I suoi pascoli, in particolare, sono infatti abitati da molte specie rare e minacciate, come il falco pecchiatolo, il biancone, l'aquila reale, il lanano, il pellegrino, il codorosso e lo zigolo muciatto.

**ITALIANI**

**Itinerari della Montagna Spoleatina**

**8 ALTRE**

**MONTUCCO**

Scopri i sentieri di Umbria

**LUCUS**

Luogo dell'Anima

Umbria

Arte, Cultura, Natura

Collana

**Collana "Arte, Cultura, Natura"**

**Natura e Sapori**  
**Arte e Cultura**  
**Eventi e Spettacoli**  
**Sport e Ambiente**

UNIONE EUROPEA  
 REPUBBLICA ITALIANA

Regione dell'Umbria  
 Umbria  
 Regione Umbra di Francesco Tullio

da CESENA  
 da ANCONA  
 da FRENZE  
 da ROMA  
 da ASOLI  
 da PIACENZA  
 da Rieti

Comune di Spoleto  
 Comune di Campello sul Clitunno  
 Comune di Castelli Ritaldi  
 Comune di Giano dell'Umbria

Giano dell'Umbria  
 Campello sul Clitunno  
 Castel Ritaldi  
 Spoleto  
 Monteluco

Consorzio Intercomunale Consoluto  
 Club Alpino Italiano  
 Club Alpino Italiano  
 Club Alpino Italiano