

3 giorni VEN/DOV 07/09
MAGGIO 2021

Terra di santi grandiosi e gente semplice, terra di verde e di pietra, castelli e campi rubati alla montagna, strade incise nel monte per raggiungere borghi incorrotti dal Tempo, statue lignee e affreschi clamorosi in chiese semiconosciute, cibo con ingredienti antichi e riscoperti. La mia anima trova sempre pace e gioia in questi luoghi. Sono molto benedetta. Monica Luparelli

Una valle, un sogno Valnerina

L'Umbria, che non sapevi



Nel cuore della verde Umbria, vi è un territorio ancora inesplorato, ricco di bellezze naturali; è La Valnerina, ovvero tutta la vallata che segue il corso del fiume Nera tra Terni e Visso. Una piana stretta, fiancheggiata da anguste gole, che si avvicendano a colline e pareti rocciose, ma senza dubbio un percorso splendido, ricco di valori ambientali e di una natura incantevole. All'interno di questo vasto territorio montano di circa mille km quadrati, si colloca il Parco dei Monti Sibillini, un'area di grande pregio ambientale, dominata dal Monte Vettore (2.476 m) all'inter o della quale si estende il Pian Grande di Castelluccio, una suggestiva pianura a 1.500 metri d'altezza, racchiusa entro una corona di monti ancora più alti, paradiso del volo libero e del trekking. Per il resto, monti, fiumi, valli, boschi e una miriade di piccoli insediamenti: fortificazioni medievali e torri d'avvistamento, potenti abbazie e solitari eremi, e piccoli paesi dal fascino incorrotto, caratterizzano questo paesaggio in cui l'uomo, partecipe della realtà che lo circonda, ha rallentato il corso del tempo per pagare il suo omaggio ad una natura che mostra ancora aspetti di straordinaria e intatta bellezza.



SELLANO e il Castello di Postignano, VALLO DI NERA, SCHEGGINO, SANTA ANATOLIA DI NARCO e Castel San Felice, FERENTILLO con l'abbazia di San Pietro in Valle. I misteri dei Templari a San Mamiliano, ARNONE e i piccoli borghi di Monterivoso e Polino

VEN 07mag2021 – VALNERINA, atmosfera d'incanto: **SELLANO e il Castello di Postignano, VALLO DI NERA, SCHEGGINO**



Convocazione dei partecipanti e partenza ore 05h50 da UDINE Friulmarket Campoformido (minimo 4 partecipanti); 06h00 da PORDENONE Fiera Sud; ore 06h20 da PORTOGRUARO uscita casello rotonda Winner; ore 06h40 da SAN DONA/Noventa; ore 07h00 MESTRE/TREVISO/ Preganzoli e proseguimento via autostrada BO/FL.

In direzione Perugia e dunque verso Foligno ... e fino alla Valnerina. Il saluto ci viene dato da Sellano, nell'elenco dei Borghi più belli d'Italia, chiese romaniche allineate simbolicamente e un alone di sacralità

misteriosa, uno dei borghi più tipici della Valnerina, Palazzo Comunale cinquecentesco, una cinta muraria integra, medievale. Qui ci sono prodotti enogastronomici di altissima qualità che rimandano a tradizioni culinarie antichissime. E poi i borghi intorno, su tutti Postignano, L'archetipo dei borghi collinari italiani, così definito dal famoso architetto e fotografo americano Norman F. Carver Jr. negli anni Settanta, un incantevole borgo medievale, abbarbicato sulle pendici di un'erta e verdeggianti collina, dall'alto della sua torre tutta la valle del Vigi, l'antico percorso che un tempo collegava Spoleto, Foligno, Norcia e Assisi, borgo tornato a nuova vita grazie ad uno straordinario e meticoloso lavoro di restauro, che lo ha trasformato nella più autentica espressione di relais diffuso, un'esperienza di turismo lento, fatto di sostanza e di emozioni. La vicina Vallo di Nera è abitato antichissimo, cinto da mura quattrocentesche, con chiese scrgni di arte sacra medievale:



nell'elenco, anch'esso, dei Borghi più Belli d'Italia: qui il fiume Nera scorre tra ripidi versanti ricoperti da boschi e crea uno dei complessi vallivi più belli ed interessanti d'Italia. Il territorio è ricco di architetture vegetali, come le splendide querce ultracentenarie, ed umane, come i tanti piccoli borghi, le pievi solitarie e le edicole votive. I pastori di Vallo di Nera sono gli antichi, ed ormai celebri, depositari della tradizione orale della Valnerina fatta di filastrocche, canti di lavoro, racconti iperbolici, che meritano di essere ascoltati e la Casa dei racconti di Vallo nasce come un centro di ricerca e documentazione con lo scopo di far conoscere questo patrimonio immateriale. Scheggino è nel cuore della Valnerina: ha un'atmosfera da fiaba, stradine intrecciate, archi di pietra e profumo di tartufo, un castello che domina il borgo. Andiamo nei nostri alloggi, quindi la cena e il riposo.



SAB 08mag2021 – VALNERINA, *atmosfera d'incanto*: **SANTA ANATOLIA DI NARCO** e Castel San Felice, **FERENTILLO** con l'abbazia di San Pietro in Valle. I misteri dei Templari a San Mamiliano



La colazione e poi si parte, verso la Valnerina ternana. A Sant'Anatolia di Narco c'è atmosfera da preistoria: e poi Narco, come Nera, come Narni derivano dall'ebraico nahar (fiume), che continuano l'accadico nārum. Come i borghi già conosciuti, anche Sant'Anatolia ha caratteristiche di antico borgo fortificato, con mura di cinta, torrioni e tre porte di accesso, una delle quali ancora ben conservata e posta a controllo della strada che risaliva dal Nera: dentro le mura l'ex palazzo Comunale (XVI secolo), sede del Museo della Canapa, e poi



portici e botteghe medioevali, chiesa parrocchiale di Sant'Anatolia con all'interno decorazioni XIV-XV, paliotto di marmo intarsiato dell'altare maggiore di scuola seicentesca napoletana, un Crocifisso ligneo ed alcune tele seicentesche. Nei dintorni Castel San Felice, antico centro medievale dove si erge l'abbazia di San Felice di Narco, splendido esempio di architettura romanica umbra. Più giù Ferentillo, diviso nei due borghi di Matterella e Precetto, il primo nella parte più alta, con la rocca che si raggiunge dalle vie del paese, da sempre a guardia e difesa della viabilità che già dall'XI sec. animava la gola del Nera. Precetto è arroccato su un pendio e da mura che racchiudono il borgo in un triangolo. Palazzo del Principe di cui le sue è divenuta un Museo delle Mummie. La splendida Abbazia di San Pietro in Valle fu costruita nel VI sec. da due eremiti sui resti di una villa romana: in stile romanico, torre campanaria del XII e custodisce un patrimonio artistico e archeologico unico in Umbria e in Italia: il prezioso Paliotto d'altare longobardo di "Ursus Magester", la collezione di sarcofagi romani più grande dell'Umbria, il cippo votivo "Thesaurus" della tribù Quirina, i mosaici altomedievali in "opus tessellatum" e il ciclo di affreschi romanici (1190) studiati da Giotto e dal Cavallini prima di realizzare le "Storie di Francesco" ad Assisi. L'abbazia di San Pietro in Valle fu infatti il cantiere pittorico più grande dell'Umbria fino alla realizzazione della Basilica di San Francesco in Assisi. A 3 km da qui, il borgo di San Mamiliano – tra i più belli della Valnerina – conserva leggende, misteri e simboli legati ai Cavalieri Templari. E per finire,



Arrone, uno dei Borghi più belli d'Italia (ma quanti ce ne sono in Valnerina!), storia bimillenaria, strutture difensiva medievale, circondato da un sistema di torri e di cinte murarie a difesa della strada che collegava la zona di Rieti con quella di Spoleto. Giornata intensa, finisce qui. Ritorniamo ai nostri luoghi di soggiorno, ci prepariamo per la cena.

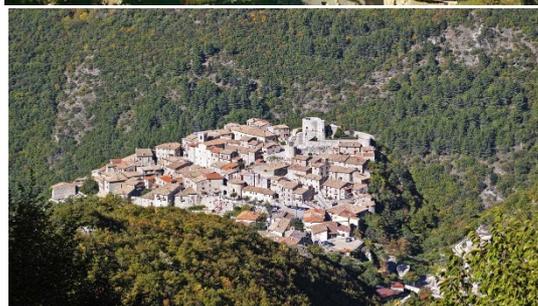


Arrone, uno dei Borghi più belli d'Italia (ma quanti ce ne sono in Valnerina!), storia bimillenaria, strutture difensiva medievale, circondato da un sistema di torri e di cinte murarie a difesa della strada che collegava la zona di Rieti con quella di Spoleto. Giornata intensa, finisce qui. Ritorniamo ai nostri luoghi di soggiorno, ci prepariamo per la cena.

DOM 09mag2021 – VALNERINA, *atmosfera d'incanto*: **MONTERIVOSO, ARRONE, POLINO**



Dopo la colazione saliamo a Monterivoso, tra i borghi più belli della Valnerina, sul pendio di Monte Sant'Angelo, sul versante bagnato dal torrente Castellone, dominata da un'antica torre quadrata di avvistamento, riportata agli originari splendori da un accurato restauro ed oggi visitabile. Nel nvero dei borghi più belli d'Italia l'abitato di Arrone, per secoli conteso tra Valneri na e l'Abruzzo, visibile dal lago di Piediluco, arroccato su un'altura il castello edificato nell'XI secolo dai signori del borgo, la famiglia degli Arroni: vicoli stretti e pittoreschi che conservano magicamente tradizioni antiche. Le sue chiese hanno pregevoli affreschi quattrocenteschi di allievi di Filippo Lippi. Polino, sull'appennino umbro-marchigiano ad 836 metri s.l.m., è il più piccolo comune dell'Umbria, origine feudale, roccaforte di vari feudatari e legato al Ducato di Spoleto, per lungo tempo ebbe fortuna per le sue miniere d'argento, ferro e marmo. Finisce qui il viaggio in Valnerina, i ricordi nella memoria e nel cuore. Iniziamo la strada di ritorno.



Polino, sull'appennino umbro-marchigiano ad 836 metri s.l.m., è il più piccolo comune dell'Umbria, origine feudale, roccaforte di vari feudatari e legato al Ducato di Spoleto, per lungo tempo ebbe fortuna per le sue miniere d'argento, ferro e marmo. Finisce qui il viaggio in Valnerina, i ricordi nella memoria e nel cuore. Iniziamo la strada di ritorno.

QUOTA € 360,00 - ISCRIZIONI da subito, fino al raggiungimento del numero massimo di 15 iscritti ed entro il 23 aprile presso LIRA VIAGGI t 0421 71932 349 5715108
con versamento acconto € 150,00 e saldo entro il 23 aprile 2021
anche con bonifico su IBAN IT93N0533636240000030033430 intestato a LIRA VIAGGI di Massimo Zamparo

CHE VÀ A COMPRENDERE: il trasporto con bus o minibus gran turismo – la sistemazione in B&B, locande o appartamenti nel centro storico di uno dei borghi in programma – la colazione e la cena – assistenza di accompagnatore e guida Lira Viaggi – assicurazioni medica di viaggio e RC agenzia. **E NON comprende:** il resto e quanto non indicato. **NOTE:** Minimo 15 partecipanti. Per la camera singola è previsto un supplemento di € 60,00. Se decidiamo di effettuare degli ingressi pagheremo al momento. Può essere valutata l'effettuazione del viaggio anche con VAN 9 posti, se ne sussistono le condizioni. Questa tipologia di viaggio è effettuata con numero ridotto di partecipanti. E' richiesto uno spirito da turista, curioso, interessato, aperto allo stupore, anche disponibile ad un cambio di programma, se più appagante.

