



Club Alpino Italiano

Sezione di Jesi



Escursione del: 19/10/2025	Psico-Trekking Valle delle Prigioni Nella profondità della valle scopri che ogni passo non è solo un cammino nella natura, ma un viaggio dentro di te.			
Accompagnatori : - Marcella Genovese R.O - Fabrizio Vidale - Francesco Angelucci - Luca Pieroni	Dislivello:	500 mt circa	Difficoltà:	E
	Durata:	6 ore	Mezzi di trasporto:	propri
	Attrezzatura:	Sono necessari scarponi da trekking che fascino la caviglia, zaino, abbigliamento idoneo alla stagione, kit di pronto soccorso. Si consiglia: bastoncini da trekking. (Eventuali ricambi in auto). Pranzo al sacco.		
	Allenamento:	Condizioni fisiche buone - Allenamento adeguato al tipo di percorso sopra descritto di difficoltà E		
	Ritrovo:	Ore 8.00 parcheggio porta antistante Cooperlat. Ore 9.15 direttamente al parcheggio antistante il cimitero di Pascelupo (PG).		
	Altri Dettagli:	Guidati dalla nostra socia Marcella Genovese, psicoterapeuta, vivremo un'esperienza di psico-trekking che unisce il piacere del cammino al valore del contatto interiore. Attraverso semplici esercizi di consapevolezza e momenti di condivisione, impareremo a portare l'attenzione al respiro, alle sensazioni del corpo e alle emozioni che il paesaggio suscita in noi.		
Svolgimento Escursione	La nostra sarà una passeggiata volta a mettere in connessione l'ambiente che ci circonda con la mente e il corpo. Proveremo ad attivare i nostri sensi, ascoltare il nostro respiro, sentire le sensazioni che il nostro corpo ci rimanda, dando nome alle emozioni. L'ambiente che attraverseremo, estremamente vario ci porterà a camminare in un ricco bosco, ad attraversare acque cristalline, mettere mano su roccia, attraversare un breve e suggestivo tunnel artificiale e provare il brivido di camminare sotto la misteriosa "scarpa del diavolo" e la forra di valle delle prigioni. L'escursione prende avvio dal borgo di Pascelupo, antico centro incastonato alle pendici del Monte cucco, punto di partenza di numerosi itinerari del parco. Da qui si imbecca il sentiero che sale in direzione Monte Motette, immergendosi subito in un paesaggio di boschi misti di carpini e faggi. La salita è dolce ma costante, con scorci suggestivi sulla Valle del delle Prigioni e Valle del Rio Freddo. Superata la fascia boscosa, si raggiunge l'altopiano di Pian di Rolla. Poi il cammino prosegue in discesa verso la Valle delle Prigioni, seguendo tratti del sentiero CAI 279. Si entra gradualmente in un ambiente più selvaggio e intimo: la forra, scavata nei secoli dalle acque del torrente, è un piccolo gioiello naturale. Le pareti rocciose si stringono attorno al camminatore, l'acqua scorre limpida tra massi levigati e piccole			

cascate. Il sentiero attraversa guadi, piccoli ponticelli e passaggi scavati nella roccia, offrendo tratti avventurosi ma mai eccessivamente difficili.

L'uscita può subire variazioni in base alle condizioni meteorologiche o ambientali a insindacabile giudizio degli accompagnatori.

Per informazioni e prenotazione obbligatoria entro le ore 12 di sabato 18 ottobre 2025, esclusivamente tramite Whatsapp (o SMS) al n. **335 843 5875** o n. **345 0640 671**

Per essere valide le iscrizioni dovranno essere confermate dagli accompagnatori.

I partecipanti devono avere la piena consapevolezza che la pratica dell'escursionismo in tutte le sue forme, comporta dei rischi, con conseguente accettazione degli stessi. Gli accompagnatori adottano misure di prudenza e prevenzione derivanti dalla normale esperienza per contenere tali rischi che non sono però completamente azzerabili e avranno facoltà di rifiutare i partecipanti non adeguatamente attrezzati o non ritenuti idonei ad affrontare il percorso.

L'iscrizione alla presente Escursione comporta l'accettazione integrale del regolamento escursioni della sezione CAI di Jesi, consultabile nel sito <https://www.caijesi.it/>.

