



# TAPPA IV

## da Fonte Avellana a Pascelupo



### DATI

KM: 13 (+ 3 km da aggiungere comprensivi dell'andata e ritorno per chi da Pascelupo desidera visitare la Forra di Rio freddo)

Difficoltà: facile/media

Dislivello totale: salita 650 m, discesa 700 m

Acqua: 5,5 km (Abbeveratoio); 7 km (Isola di Fossara); 12 km (Coldipecchio)

*(Per gli approvvigionamenti, il pellegrino tenga conto che ci si può rifornire a Isola di Fossara, 7 km dopo Fonte Avellana, dove si trova un piccolo alimentari vicino alla chiesa. A Pascelupo c'è comunque la possibilità di ristoro).*

### IL PERCORSO

Dal Monastero di Fonte Avellana prendiamo la strada d'asfalto che scende a sinistra. Fatti 900 m troviamo sulla destra l'edicola di Sant'Albertino e dopo altri 400 m lasciamo l'asfalto e facciamo attenzione al piccolo cartello sulla destra che indica "Valle Calecchie" (*in caso di pioggia, invece, si consiglia di proseguire sull'asfalto fino all'abbazia di Satria e poi dall'Abbazia fino ad Isola di Fossara*). Svoltiamo sulla destra in direzione Sella Valle di Nocria. Dopo 300 m saliamo in un sentiero sulla sinistra che si inerpicca nel sottobosco (sentiero CAI 232 che ci accompagnerà quasi fino a Coldipecchio, con segnali sia sugli alberi che a terra). Percorsi 700 m di salita, con alle spalle una bellissima visuale sul Monastero di Fonte Avellana, arriviamo al Valico di Nocria e seguiamo sulla destra in direzione Isola di Fossara. Percorsi

per 1,5 km un selvaggio e affascinante tratto, usciamo dal sottobosco, arriviamo al Piano di Sant'Angelo e proseguiamo dritto davanti a noi seguendo l'indicazione Coldipecchio. Senza attraversare i pascoli, scendiamo tenendoci leggermente sulla destra avendo alla nostra destra il corno del Monte Catria. Dinanzi a noi si apre uno splendido panorama sulla vallata e sullo sfondo la frazione di Coldipecchio. Continuiamo la nostra discesa mantenendoci sulla destra e dopo 700 m con attenzione si prende un sentiero CAI sulla destra. Proseguiamo per 900 m fino ad arrivare a una casetta dove c'è un abbeveratoio. Qui occorre molta attenzione per non sbagliare strada. Dall'abbeveratoio dobbiamo scendere dritti (né a destra né a sinistra) fino a intercettare un sentiero che si incunea nella valle. Dopo 1,5 km di discesa arriviamo ad Isola di Fossara, dove troviamo anche una fonte d'acqua e volendo un piccolo alimentari e un bar parrocchiale. Attraversiamo la strada principale e proseguiamo dritto seguendo sempre il sentiero CAI 232 che conduce a Coldipecchio. Superato un ponticello, al bivio continuiamo dritto sulla strada brecciata, avendo alla nostra sinistra il fiume Sentino che ci accompagnerà per un tratto di strada. Dopo 1,8 km lasciamo la strada principale e prendiamo il sentiero che sale ripidamente sulla destra (CAI 232). Percorsi 300 m, al bivio prendiamo il sentiero che prosegue dritto in salita e, lasciando per 1 km il sentiero CAI 232, continuiamo su di un'antica mulattiera che ci regalerà belle panoramiche sulla vallata. Dopodichè, una volta superato sulla destra un breve tratto di bosco e giunti in alto, riprendiamo voltando a sinistra sul sentiero CAI 232 e davanti a noi si vede già più vicino il paese di Coldipecchio. Dopo 700 m arriviamo al bivio di Castellaro e svoltiamo a sinistra seguendo l'indicazione di Coldipecchio. Dopo 1,6 km arriviamo a Coldipecchio, dove possiamo abbeverarci a una fonte d'acqua. Superiamo la chiesa di San Michele Arcangelo, usciamo dal paese e scendiamo per 1 km fino ad arrivare a Pascelupo. A Pascelupo si può lasciare lo zaino e proseguire per 1,5 km per visitare la suggestiva Forra di Rio freddo. *(È sconsigliato visitarla il giorno dopo perché la tappa successiva è di per sé già molto lunga. Non vale la pena invece affrontare la ripida salita che conduce all'Eremo di San Girolamo perché i monaci che lo abitano vivono in una clausura totale e il cancello chiuso non permette di entrare neanche nell'atrio antistante l'edificio, ma si potrà avere un bel colpo d'occhio sull'eremo il giorno dopo, volgendo indietro lo sguardo al termine della prima salita. In questo eremo nell'aprile del 1526 il beato Paolo Giustiniani diede rifugio ai primi cappuccini.*