

# Camminare sull'Acqua

## L'Anello della Palude

Foligno - intorno alla Palude di Colfiorito

Durata **max. 6 ore**

**3 ottobre** dalle 9.30

Info e prenotazioni **0742 330584**

(martedì-domenica 10-13 / 15-19)

## I sentieri del Parco Fluviale del Tevere

Da Baschi a Civitella del Lago

**4 ottobre** dalle 8.45

Info e prenotazioni **335 7267594**

[ass.acqua2019@gmail.com](mailto:ass.acqua2019@gmail.com)

## Dal Lago al Mare

Da Avigliano Umbro

Santa Restituta (mattina)

all'antiquarium di Baschi (pomeriggio)

Durata **max. 2,5 ore**

**10 ottobre** dalle ore 10.00

Info e prenotazioni **0744 940348**

[cooperativasurgente@libero.it](mailto:cooperativasurgente@libero.it)

## Una città per sognare

Assisi - dalla Basilica del Santo all'Anfiteatro che non c'è ...più

Durata **max. 3 ore**

**11 ottobre** dalle 10.00

Info e prenotazioni

Ufficio del Turismo **075 8138680**

## La via Flaminia

Dalle Catacombe di Villa San Faustino e alle sorgenti del Parco Amerino, fino ad Acquasparta alla scoperta di Federico Cesi

Durata **max. 3 ore**

**11 ottobre** dalle 15.30 alle 18.30.

Info e prenotazioni **351 7031853**

[ass.acqua2019@gmail.com](mailto:ass.acqua2019@gmail.com)

## Parole in Musica.

### Sulle orme di san Francesco

Assisi - dall'Eremo delle Carceri agli stazi e ritorno

Durata **max. 4 ore**

**17 ottobre** dalle 9.00

Info e prenotazioni

Ufficio del Turismo **075 8138680**

## I sentieri del Parco Fluviale del Tevere

Dall'area archeologica

di Scoppieto a Montecchio

Durata **max. 5 ore**

**18 ottobre** ore 8.30

Info e prenotazioni **349 0642786**

[ass.acqua2019@gmail.com](mailto:ass.acqua2019@gmail.com)

## Natura al centro:

### da San Benedetto a San Francesco

Assisi - dall'Eremo delle Carceri, all'Abbazia di San Benedetto e ritorno

Durata **max. 5 ore**

**24 ottobre** dalle 8.30

Info e prenotazioni

Ufficio del Turismo **075 8138680**

## Sull'antica Via Amerina - Todi

Da Vasciano fino a Casigliano, verso Configni

Durata **max. 3,5 ore**

**25 ottobre** dalle 9.00 alle 12.30

Info e prenotazioni **351 7031853**

[ass.acqua2019@gmail.com](mailto:ass.acqua2019@gmail.com)

## L'acqua sottosopra

Da Avigliano Umbro lungo la via Amerina, tra mulini e ponti.

Durata **max. 3 ore**

**31 ottobre** alle 9.30

Info e prenotazioni **0744 940348**

[cooperativasurgente@libero.it](mailto:cooperativasurgente@libero.it)

## AMAT - Montecchio

I centri storici di Montecchio e Tenaglie

Durata **max. 2 ore**

**31 ottobre** dalle 16.00 alle 19.00.

Degustazioni: olio extravergine di oliva, castagne e vino, prodotti a Km 0.

Info e prenotazioni **349 0642786**

[ass.acqua2019@gmail.com](mailto:ass.acqua2019@gmail.com)

## Tra palazzi e giardini...su due ruote

Foligno città

Durata **max. 3 ore**

**1 novembre** dalle 9.30

Info e prenotazioni **0742 330584**

(martedì-domenica- 10-13 / 15-19)

## Il centro storico di Todi

Durata **max. 2 ore**

**7 novembre** dalle 16.00 alle 18.00

Info e prenotazioni **351 7031853**

[ass.acqua2019@gmail.com](mailto:ass.acqua2019@gmail.com)

## Il paesaggio delle colline sul Tevere

Baschi - da Civitella del Lago all'area archeologica di Scoppieto

Durata **max. 3,5 ore**

**8 novembre** dalle 15.30 alle 19.00

Info e prenotazioni **335 7267594**

[ass.acqua2019@gmail.com](mailto:ass.acqua2019@gmail.com)

## La Foresta nel Lago

Dal giardino di Palazzo Cesi

(Acquasparta) alla Foresta Fossile di Dunarobba (Avigliano Umbro)

Durata **1 ora la mattina e 1,5 il pomeriggio**

**14 novembre** dalle 10.00

Info e prenotazioni **0744 940348**

[cooperativasurgente@libero.it](mailto:cooperativasurgente@libero.it)

## Dalla Creta alla Pietra..

### Contadini e Cavalieri

Dal Castello di Alviano

alle Case di Creta

Durata **3 ore**

**15 novembre** dalle 9.30

Info e prenotazioni **333 7576283**

[cooperativallympha@gmail.com](mailto:cooperativallympha@gmail.com)



Realizzato con il contributo della Regione Umbria



# Camminare sull'Acqua



## Passeggiando tra Storia e Natura

Dal castello di Alviano alle Case di Creta all'oasi WWF del Lago. Caratteristiche **Lunghezza 17 km**  
Durata **Intera giornata**  
Data **19 settembre**  
dalle 9.30 alle 17.00

Info e prenotazioni 333.7576283  
[cooperativallympha@gmail.com](mailto:cooperativallympha@gmail.com)

## Castelli in Acqua

Foligno - da Capodacqua al Castello di Gallano nel Comune di Valtopina (Rocca dei Trinci) e ritorno  
Durata **max. 7 ore**  
Data **20 settembre** dalle 9.30

Info e prenotazioni 0742.330584  
(martedì - domenica  
10-13/15-19)

## La valle dell'oro

Da Montecchio alla Necropoli del Vallone San Lorenzo  
Durata **max. 4 ore.**  
**26 settembre**  
dalle 17.00 alle 21.00

Info e prenotazioni 349.0642786  
[ass.acqua2019@gmail.com](mailto:ass.acqua2019@gmail.com)

## Oasi WWF di Alviano, scrigno di biodiversità

Oasi WWF del Lago di Alviano  
Durata **3 ore**  
Data **27 settembre**  
dalle 9.30

Info e prenotazioni 333.7576283  
[cooperativallympha@gmail.com](mailto:cooperativallympha@gmail.com)

## Civitella del Lago e Baschi

Baschi - i centri storici, il Museo dell'Ovo Pinto e l'Antiquarium comunale, dal travertino alla pietra arenaria.  
Durata **max. 3 ore.**  
**27 settembre**  
dalle 15.30 alle 18.30 ca.

Info e prenotazioni  
**335 7267594**  
[ass.acqua2019@gmail.com](mailto:ass.acqua2019@gmail.com)

Realizzato con il contributo della Regione Umbria



COOP  
CULTURE



surgente  
Cooperativa di Comunità

