



C.A.I.
GRUPPO REGIONALE
UMBRIA

Trekking dei Rifugi Umbri



Cammina nel Cuore
Verde d'Italia



Umbria terra di cammini e di trekking: un arricchimento recente nella vocazione di questa terra per il turismo, specialmente religioso ma legato anche alla Natura, all'Arte, alla Storia, al Folklore e a famosi festival performativi. Arricchimento recente e tuttavia già irrinunciabile, perché considerato più "autentico" e lungimirante e in effetti molto coerente con le caratteristiche della regione, piccola ma in sé diversificata, ben boscata e spiccatamente policentrica rispetto all'insediamento umano.

In tale contesto, a noi del CAI è venuto naturale, dal cuore, proporre una nostra specifica Umbria, fatta di spazi e percorsi in buona parte defilati dalle più frequentate mete religiose, culturali, naturalistiche: l'Umbria come la vediamo e viviamo quando i gruppi sezionali si radunano ciascuno nel proprio rifugio di riferimento. E abbiamo pensato a come unire tra loro in un unico itinerario questi scorci che cogliamo dai nostri rifugi, questi punti di vista per altro vari, in ragione delle diverse altimetrie e delle caratteristiche morfologiche e forestali dei luoghi in cui i rifugi sorgono.

Invitiamo quindi i soci CAI delle altre regioni italiane, i membri dei club esteri e tutti gli amanti dell'escursionismo a percorrere il nostro ***Trekking dei Rifugi Umbri***. Esso unisce sei rifugi di sei sezioni CAI, non tutte quelle ombre in verità, dato che un paio di esse si identificano in aree che la dislocazione geografica non ci ha permesso, al momento, di includere.

L'itinerario è presentato in 14 tappe. Prende avvio, a nord, nel territorio di Gubbio, da un'estremità della piccola catena montuosa che orna alle spalle la città, e si conclude sull'incantevole e peculiare Lago di Piediluco, nell'Umbria meridionale. Lo spostamento da un rifugio all'altro è previsto in due o massimo tre tappe; le tappe intermedie terminano presso castelli e paesi fortificati e, in due casi, in importanti città della regione; qualche centro storico viene attraversato e in qualcun altro non è difficile scendere, anche se non toccato dal tragitto di base.

Nel suo complesso il Trekking dei Rifugi delle sezioni CAI dell'Umbria ci sembra una proposta: originale, in virtù di collegamenti inusuali e anche se in certi tratti riprende (e con gratitudine) il Sentiero Italia o si approssima a qualcuno dei noti cammini religiosi; calibrata, perché a giornate di un certo impegno altimetrico ne associa di più distensive; duttile, grazie ai tanti punti di accesso.

Tutto è perfezionabile e il tempo ci indicherà gli aspetti da migliorare, ma è con un certo compiacimento che oggi apriamo le porte dei nostri rifugi gridando felici: «Vi aspettiamo!».

Il Gruppo Regionale CAI Umbria

**Per informazioni:
organizzazione.cai.it/gr-umbria**

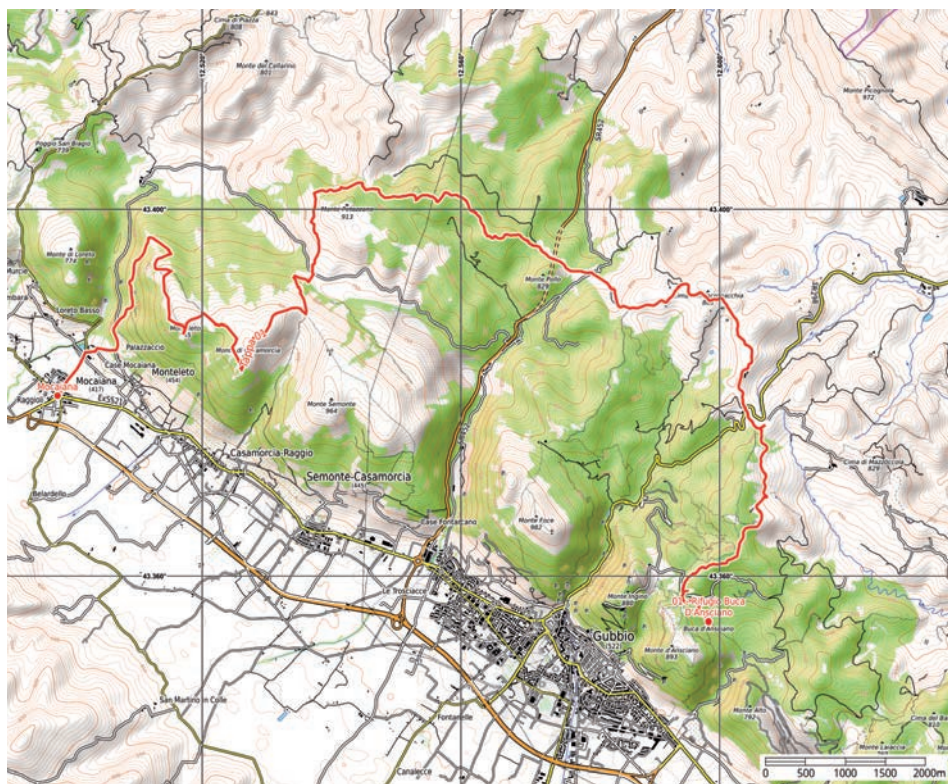
TAPPA

1

Da Mocaiana al Rifugio Buca d'Ansciano

Distanza 20,8 km
Dislivello + 810 m
Dislivello - 530 m
Alt. Max 960 m
Alt. Min. 420 m

Partenza dall'incrocio di via d'Assino con la SP 207, percorrendo la provinciale fino alla località di Case Mocaiana, si raggiunge il sentiero 270. Da qui si sale verso le cime di Monteieto (945 m) e Monte di Casamorcia (951 m) per poi ad arrivare a prendere il sentiero 268 in direzione nord. Dopo circa 6,5 km si incrocia una strada sterrata, si lascia il sentiero 268 e la si imbocca verso sx (direzione est) fino ad incrociare la SR 298 all'altezza del Valico Madonna della Cima. Attraversata la SR 298, dopo circa 350 m si imbocca a dx il sentiero 255 in direzione sud fino all'incrocio con il sentiero 251. Si percorre il sentiero 251 per circa 650 m e si arriva in località Parco Coppo, da dove si imbocca il sentiero 254 che porta direttamente al rifugio Buca d'Ansciano.



Rifugio Buca d'Ansciano

Il rifugio "Buca D'Ansciano" è ubicato in una silenziosa valle nel parco di Coppo, sulle colline che sovrastano Gubbio, a pochi km dalla città a quota 700 m. Classificazione CAI: Rifugio incustodito - apertura annuale - ID Unico Cai 923000601.

È costituito da un fabbricato di vecchia costruzione recentemente ristrutturato. Dispone complessivamente di n. 24 posti letto in due camere, con letti a castello, materassi e cuscini. Una grande cucina con camino è attrezzata con fornelli a gas per cuocere numerosi pasti contemporaneamente e in una stanza adiacente è presente un forno a legna perfettamente funzionante. Due bagni completano la struttura che è provvista di elettricità, acqua corrente potabile e caldaia a gas per acqua calda sanitaria. Il fabbricato principale è privo di riscaldamento. Sul lato est un porticato coperto è dotato di tavoli e panche. Sul lato nord è presente una fontanella ed un grosso barbecue in pietra che permette di cucinare cibi alla griglia. La zona all'aperto è provvista di fari led per l'illuminazione notturna. A valle del complesso vi sono ampi spazi verdi per campeggiare e svolgere attività ludiche dove abbiamo portato acqua potabile.

Il rifugio è raggiungibile in auto e a qualche centinaio di metri si trovano le strutture turistiche del parco di Coppo con giochi per bambini, bar, ristorante e pizzeria. Il posto è apprezzato, soprattutto da gruppi scout, perchè facilmente raggiungibile, vicino a strutture pubbliche e al contempo appartato per svolgere le proprie attività in piena libertà. Per l'utilizzo è necessario sottoscrivere un verbale di consegna dichiarando di conoscere e rispettare il regolamento del rifugio. Adiacente al rifugio è presente un fabbricato di nuova costruzione costituito da una grande aula panoramica al piano rialzato denominata AULA VERDE e da servizi al piano seminterrato. Questo fabbricato è provvisto di riscaldamento. L'uso di questa struttura è riservata alle attività didattiche di scuole che ne faranno richiesta per la formazione ambientale dei ragazzi.

Per informazioni e prenotazioni:
sezione@caigubbio.it - Luigino 338.5812561



TAPPA 2

Dal Rifugio Buca d'Ansciano a Costacciaro

Distanza 14,8 km
Dislivello + 280 m
Dislivello - 420 m
Alt. Max 760 m
Alt. Min. 440 m

Dal rifugio Buca d'Ansciano si prende il sentiero 254 in direzione sud-est fino ad incrociare il sentiero 253, si gira a sx e lo si percorre per circa 650 m, per poi prendere il sentiero 256. Dopo circa 2,7 km a dx si prende il sentiero 273 che conduce direttamente al centro abitato di Costacciaro.

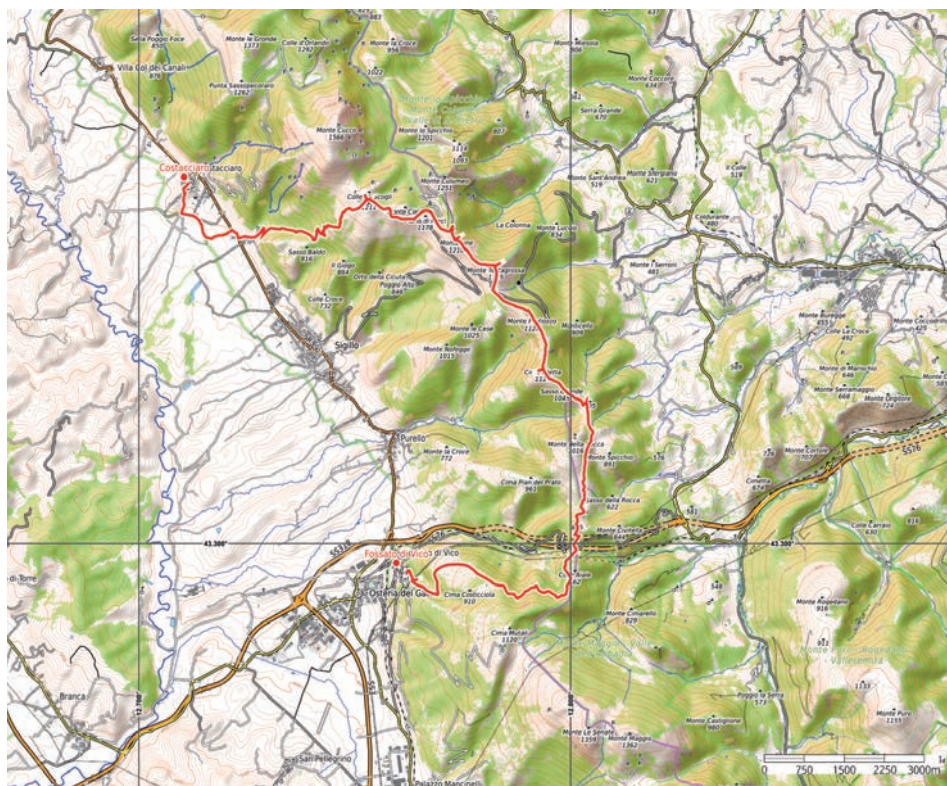


TAPPA 3

Da Costacciaro a Fossato di Vico

Distanza 21 km
Dislivello + 840 m
Dislivello - 820 m
Alt. Max 1180 m
Alt. Min. 480 m

Da Corso Mazzini si imbecca via Massarelli e la si percorre fino ad incrociare via della Roccaccia. Procedendo in via Roccaccia verso sud, dopo circa 100 ml al secondo incrocio si gira a sx e subito dopo a dx per imboccare una strada sterrata che scende sempre in direzione sud. Percorsi circa 400 ml si svolta a sx su via Fossa Secca e la si percorre fino ad incrociare la SS3. Si gira a dx direzione sud e dopo circa 200 ml, in località Villa Scirca si svolta a sx in via del Sorbo ed oltrepassato l'abitato, all'altezza della chiesa di Santa Maria Assunta della Scirca, si prende il sentiero 292 del Parco del Monte Cucco. Lo si percorre per tutta la sua lunghezza fino ad arrivare in località Pian si Monte sulla SP 244/1 di Monte Cucco. Si gira quindi a dx direzione est per poi girare, dopo circa 1 km, a sx sulla SP 244/2. Dopo poche decine di metri si svolta a dx su una strada sterrata in salita per incrociare poi il sentiero 235 del Parco del Monte Cucco (per gran parte coincidente con il SICAI N10) e lo si inizia a percorrere in direzione sud-est fino ad arrivare all'interno del paese di Fossato di Vico.

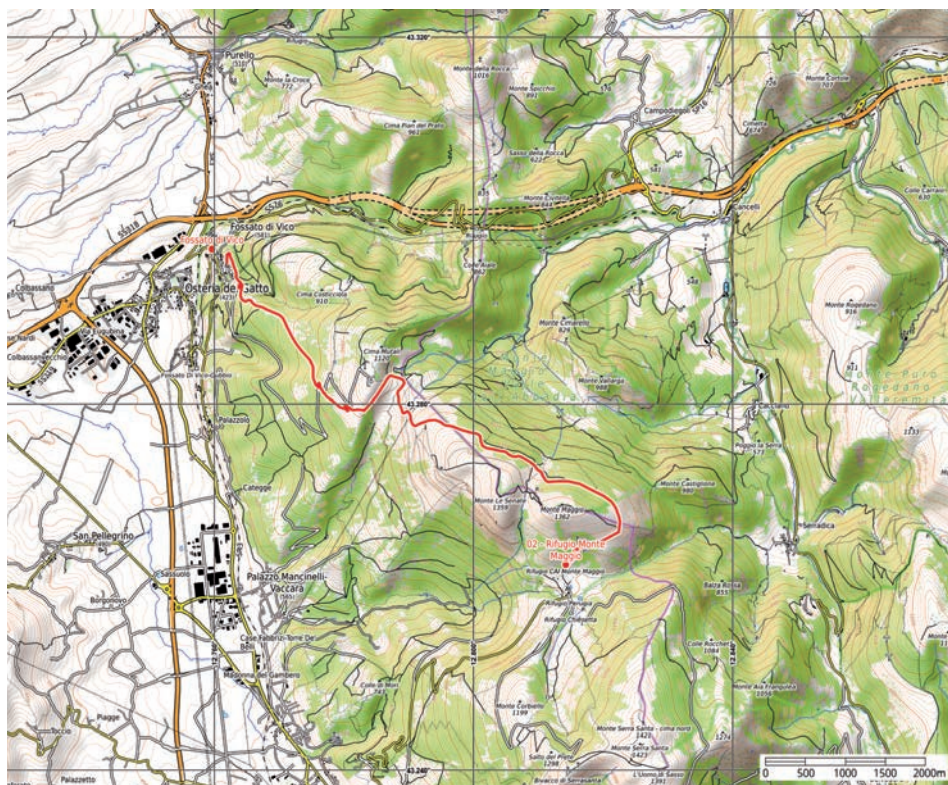


TAPPA 4

Da Fossato di Vico al Rifugio Monte Maggio

Distanza 9,5 km
Dislivello + 740 m
Dislivello - 220 m
Alt. Max 1206 m
Alt. Min. 513 m

Si parte dal centro storico di Fossato di Vico percorrendo Via Mazzini e successivamente via Campo dei Fiori fino all'incrocio con via Pietro Bruschi. Da qui si prosegue in salita prendendo la strada sterrata a dx e svoltando poco decine di metri dopo a sx su una mulattiera che va ad incrociare il Sentiero Italia (N10) che conduce direttamente al rifugio di Monte Maggio.



Rifugio Monte Maggio

Antico rifugio per pastori, situato a circa 1033 m s.l.m. in un'incantevole posizione alle pendici del monte Maggio da cui si gode una bella visione della Valsorda, è stato ristrutturato con un finanziamento della Provincia e dell'Amministrazione Comunale, attualmente di proprietà comunale e dato in gestione alla Sezione CAI di Gualdo Tadino.

Disposto su due piani dotato di cucina, ampio salone, servizi igienici con doccia e acqua calda, due camerette da letto per un totale di 25 posti, è fruibile anche nel periodo invernale essendo riscaldato.

Frequentato mediamente ogni anno da circa 1500 persone è spesso meta finale delle escursioni programmate sui monti circostanti sia dalla nostra che da altre sezioni.

L'utilizzo del rifugio è correlato ad attività connesse alla fruizione ed alla conoscenza della montagna: punto tappa del Sentiero Italia (SI), meta di escursioni giornaliere, punto di riferimento per escursioni prolungate, attività varie (di movimento e di studio) per singole persone od associazioni e scuole, incontri e riunioni di programmazione o sintesi delle attività da parte della nostra sezione ed incontri delle associazioni amiche della montagna.

Per informazioni e prenotazioni:

gualdotadino@cai.it - Franco 328.3057249

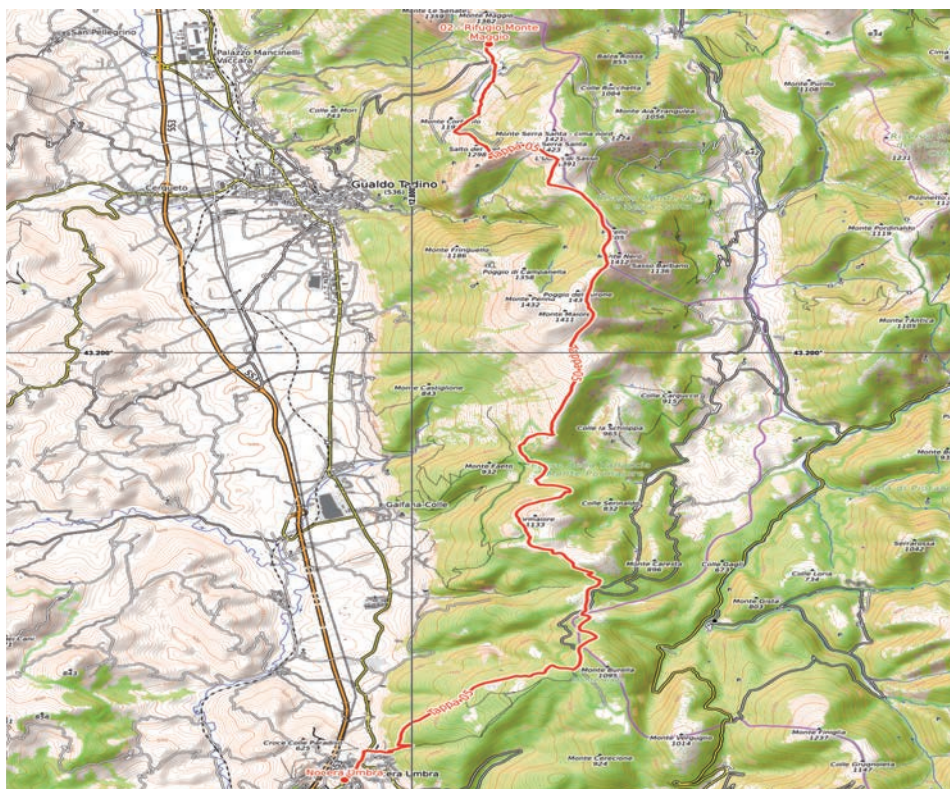


TAPPA 5

Dal Rifugio Monte Maggio a Nocera Umbra

Distanza 25 km
Dislivello + 740 m
Dislivello - 1280 m
Alt. Max 1380 m
Alt. Min. 490 m

Partenza dal rifugio percorrendo il sentiero n° 220 per circa 500 ml in direzione sud fino ad imboccare il Sentiero Italia (Tappa N09). Si percorre il Sentiero Italia sempre in direzione sud fino ad incrociare la SP 272/2 di Monte Alago e la si segue fino ad arrivare alle porte di Nocera Umbra in via G. Garibaldi. Si gira quindi a sx percorrendo via Garibaldi che conduce al centro di Nocera.

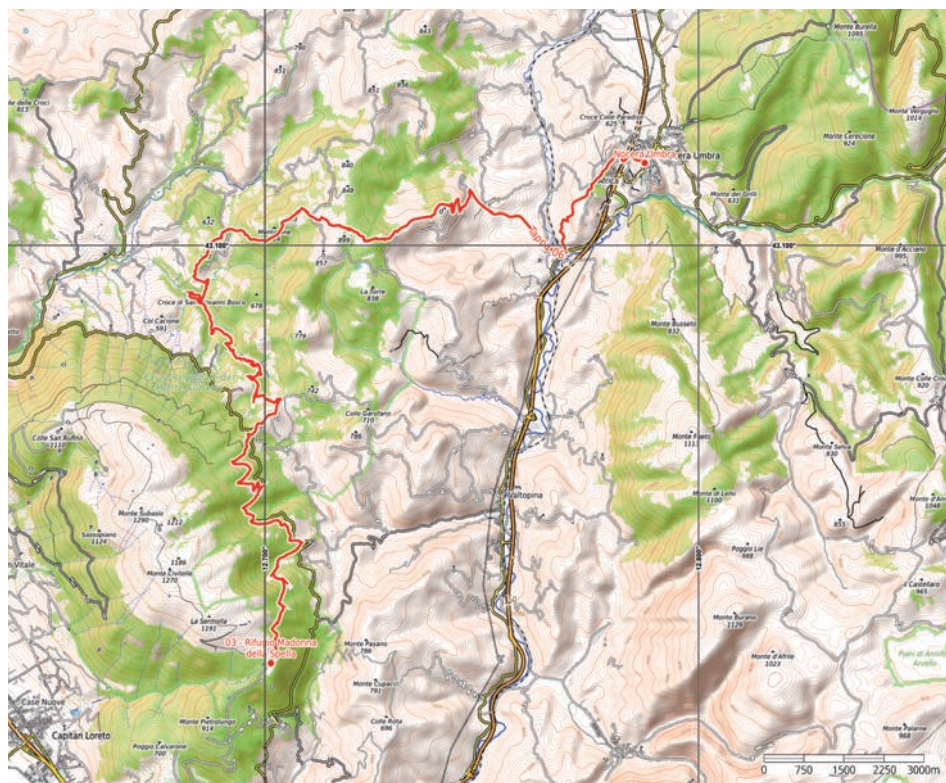


TAPPA 6

Da Nocera Umbra al Rifugio Madonna della Spella

Distanza 26,5 km
Dislivello + 1230 m
Dislivello - 760 m
Alt. Max 982 m
Alt. Min. 391 m

Dal centro di Nocera Umbra si imbocca il sentiero 351 in viale dei Pini e si procede in direzione ovest, attraversando le località di Africa, Nocera Scalo e Villa Postignano. Si segue il 351 fino a Ponte Marchetto, da dove poi si prende il sentiero 362 fino ad incrociare il sentiero 355. Lo si percorre per circa 500 metri dopo la frazione di Armenzano, per poi imboccare il sentiero 353 fino a S. Giovanni, da dove parte il sentiero 358 che porta al rifugio Madonna della Spella.



Rifugio Madonna della Spella

Il rifugio “Madonna della Spella” sorge sul Monte Subasio a 978 m s.l.m. e gode di un’ampia vista su Appennino centrale, Valle Umbra, Antiappennino toscano e laziale. Curiosamente, infatti, il toponimo “Spella” non ha diretto legame con Spello, nel cui territorio ci si trova, ma deriva dal latino specula, “punto d’osservazione”, in ragione della panoramicità. Il luogo è un importante nodo di sentieri: da qui parte il n. 358 per il caratteristico paese di S. Giovanni e vi passano il n. 352 (che raggiunge i prati sommitali e la pregiata area carsica dei Mortari) e il n. 360 (traversata ovest-est del massiccio). Il rifugio è parte – questa la vera singolarità – di un edificio storico comprendente anche la chiesa della Madonna della Spella, che fu in origine un oratorio del vicino monastero di S. Silvestro (XI secolo); nel tempo, alcuni fattori ne hanno favorito la frequentazione devozionale, da ultimo l’indulgenza concessa nel 1781 da Pio VI a chi visitasse La Spella per l’Ascensione, festa che tuttora richiama sul posto numerosi fedeli. L’edificio ebbe nei secoli vari adeguamenti, ma i segni delle fasi più antiche non sono del tutto oblitterati, da un mattone con data 1080 ad alcuni dipinti votivi quattrocenteschi. Il rifugio, da classificare per il CAI come “capanna sociale”, è del Comune di Spello e concesso in comodato alla sezione di Foligno. Fornito di elettricità e acqua corrente, dispone, in due camere scaldate da stufe a pellet, di 18 posti letto totali, con materassi, coprimaterassi, cuscini e coperte. Sono associati alle camere due bagni e due docce, servite, per l’acqua calda, da un piccolo boiler. La zona giorno, non comunicante con le camere e quindi accessibile da altro ingresso, è composta da un vestibolo con focolare, un’ampia stanza attrezzata con tavoli e panche e scaldata da stufa a legna, una cucina (fornelli a bombola), un altro servizio igienico. Vi è anche una grande loggia esterna, pure dotata di tavoli. L’uso della struttura è strettamente connesso ad attività escursionistiche o didattiche, se inerenti il mandato del CAI. È concesso ai soci CAI e, in subordine, a non soci che si attengano comunque ai fini previsti.

Per informazioni e prenotazioni:

Fabrizio Cicio: 3470131403 - fab.cicio@alice.it

Paolo Metelli : 3338363280 - paolometelli59@gmail.com

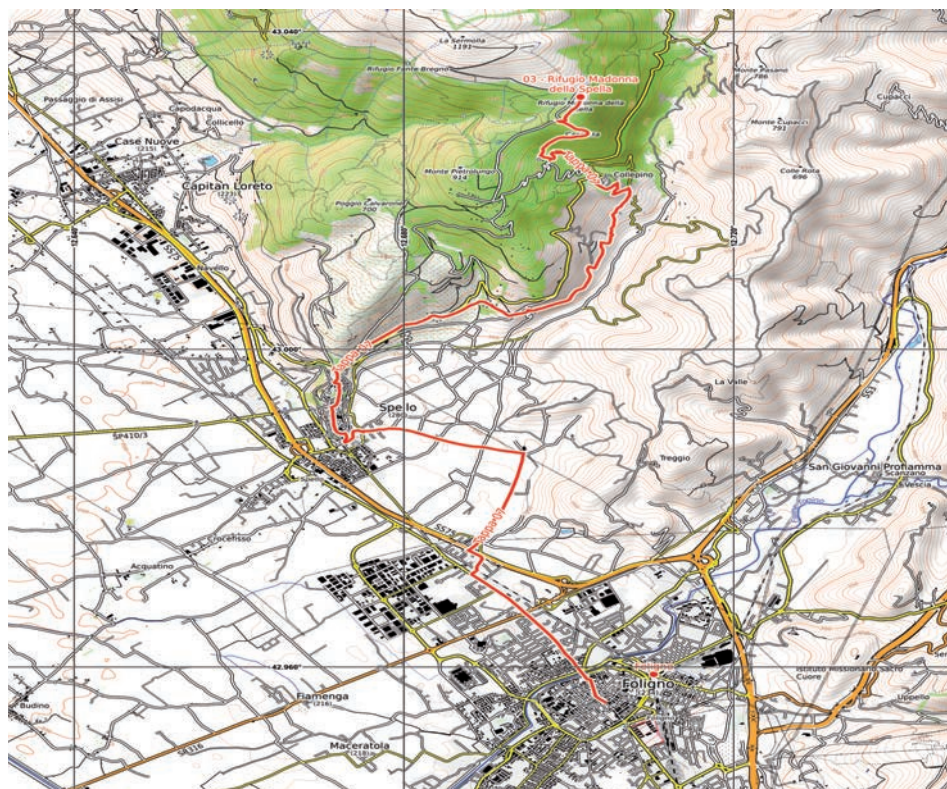


TAPPA 7

Dal Rifugio Madonna della Spella a Foligno

Distanza 15,2 km
 Dislivello + 160 m
 Dislivello - 890 m
 Alt. Max 982 m
 Alt. Min. 233 m

Dal rifugio si scende lungo il sentiero 352 in direzione sud fino a Spello passando nella frazione di Collepinò. Attraversata la città si percorre via S. Anna che corrisponde al tracciato del Sentiero degli Ulivi. Si percorre il Sentiero degli Ulivi per circa 2 km per poi svoltare a dx e seguendo la Via di Francesco si arriva al centro della città di Foligno.

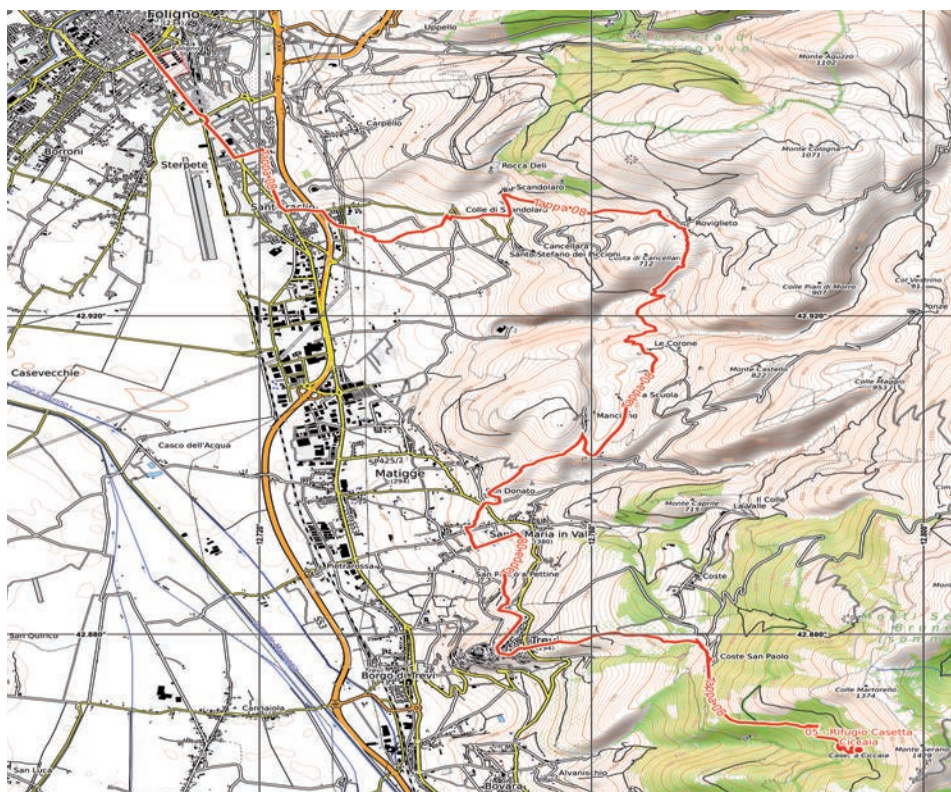


TAPPA 8

Da Foligno al Rifugio Casetta Ciccaia

Distanza 23 km
Dislivello + 1440 m
Dislivello - 540 m
Alt. Max 1152 m
Alt. Min. 233 m

Partendo da Piazza della Repubblica si percorre Corso Cavour fino a Porta Romana dove inizia viale Roma. Si percorre viale Roma fino alla 2° rotatoria per poi svoltare a sx in via Fano e poi a dx in via Flaminia Vecchia fino ad arrivare alla frazione di S. Eraclio. Si imbocca via Fontevicchia lungo la quale passa sia la via di Francesco, sia il sentiero 373 fino ad arrivare a Scandolario, da qui si inizia a percorrere il sentiero degli Ulivi n° 319 passando per Roviglieto, le Corone, Manciano, S. Maria in Valle e arrivando a Trevi. Da Trevi seguendo il sentiero 375 e passando per Coste S. Paolo si arriva al Rifugio Casetta Ciccaia.



Rifugio Casetta Ciccaia

Il rifugio si trova sulle pendici ovest del Monte Serano a quota 1153 m s.l.m. lungo il SENTIERO CAI 575 (33T 319666E 4748302N). L'accesso è possibile sia con strada bianca carrabile da Coste (necessaria auto alta) che a piedi tramite sentieri segnalati. La costruzione, ex casa colonica, di proprietà di Università/Comunanza Agraria di Coste (Trevi) è gestita dalla sezione Cai di Perugia come piccolo e spartano rifugio di montagna; è dotato di n. 12 posti letto, l'energia elettrica è fornita mediante generatore, ci sono due camini (uno interno e uno esterno), una stufa a gas con bombola per cucinare e una stufa economica a legna. Bagno dotato di acqua non potabile da conservare.

Al piano terra ampio locale recentemente ristrutturato con possibilità di ulteriori posti letto e parete per proiezioni.

Il rifugio è recintato ed è possibile la sistemazione di tende da campeggio nel terreno circostante.

Il luogo è ameno, con splendida vista sulla valle. Dal rifugio partono diverse escursioni per la cima del monte Serano e per il monte Brunette.

Per informazioni e prenotazioni:

347.3827193

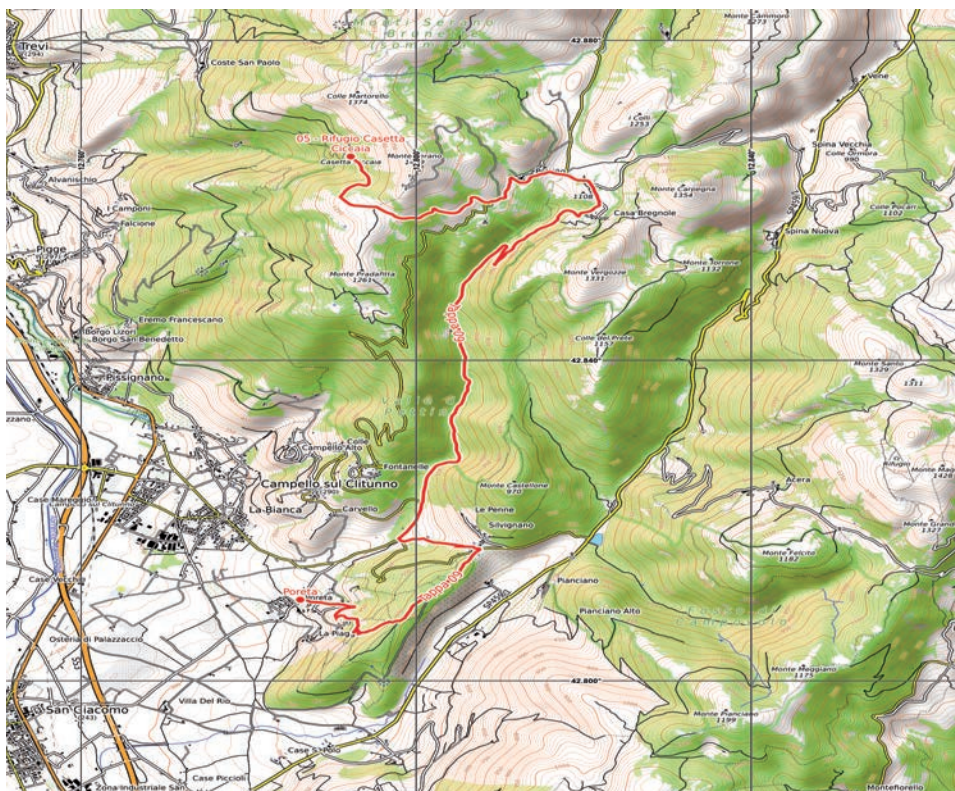


TAPPA 9

Dal Rifugio Casetta Ciccaia a Poreta

Distanza 15 km
Dislivello + 350 m
Dislivello - 1150 m
Alt. Max 1280 m
Alt. Min. 340 m

Si parte dal rifugio lungo il sentiero 371 in direzione sud-est fino ad incontrare il sentiero 370. Si prosegue su quest'ultimo fino alla frazione di Pettino, dove il sentiero 370 diventa 470 e che porta all'intersezione con la SP 458/1. Si prosegue in discesa sulla SP 458/1 fino ad incontrare il bivio per Silvignano SP 459/2. Una volta imboccata la SP 459/2 per Silvignano, dopo poche decine di metri voltare a sx lungo una strada sterrata che porta fin dentro l'abitato di Silvignano. Da qui seguire le indicazioni per il sentiero 413 e percorrerlo in direzione sud-ovest. Dopo circa 800 metri il sentiero 413 si sovrappone al sentiero 419A e seguendoli si arriva al Castello di Poreta. Seguire le indicazioni del sentiero 413 fino all'abitato di Poreta.

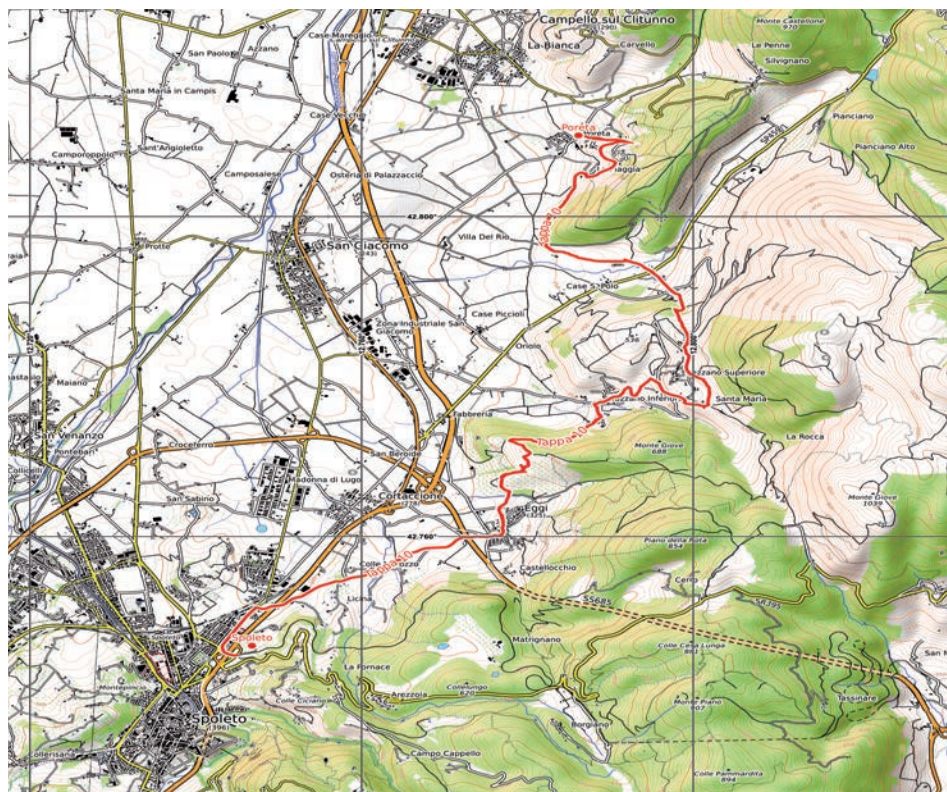


TAPPA 10

Da Poreta a Spoleto

Distanza 15 km
Dislivello + 520 m
Dislivello - 530 m
Alt. Max 560 m
Alt. Min. 300 m

Si parte dal sentiero 413 in direzione del Castello di Poreta e dopo circa 300 metri si svolta a dx prendendo il sentiero 419B che dopo 500 mt diventa 419 Sentiero degli Ulivi. Seguendo le indicazioni del sentiero 419 si attraversano le frazioni di S. Maria Reggiano, Bazzano Superiore, S. Maria, Bazzano inferiore ed Eggi. Da Eggi si procede lungo la strada di Collemarozzo che dopo circa 2,5 km, sfocia in via Flaminia da cui, procedendo in direzione sud-ovest si arriva all'ingresso nord di Spoleto.

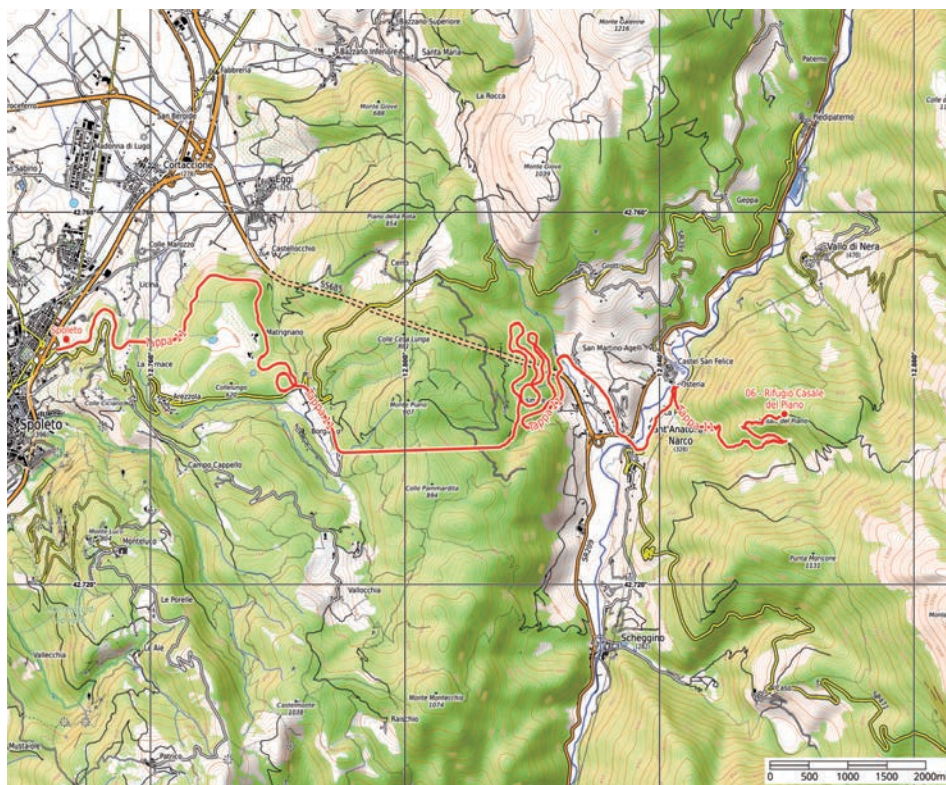


TAPPA 11

Da Spoleto al Rifugio Casale del Piano

Distanza 22,5 km
Dislivello + 890 m
Dislivello - 340 m
Alt. Max 880 m
Alt. Min. 300 m

Dallo svincolo nord per la SS 3 Flaminia si imbecca la sede della ex ferrovia Spoleto-Norcia fino ad arrivare in Valnerina località Palombara. Da questa località si prende il sentiero 520 ed all'altezza di Castel San Felice si gira a dx e si sale lungo il sentiero 538 fino all'arrivo al rifugio di Casale del Piano.



Rifugio Casale del Piano

Il rifugio del Casale il Piano è posto nel territorio del Comune di Sant'Anatolia di Narco (PG) a 882 m. di quota s.l.m., sulle pendici che, con direzione NNO, digradano dalla vetta del monte Coscerno (m. 1684) alla sottostante valle del Nera. La struttura è raggiungibile a piedi percorrendo il sentiero n. 538 che inizia all'altezza dell'Abbazia di Castel San Felice posta a circa 1 km. dal capoluogo comunale, oppure percorrendo la carrareccia che inizia al km. 3,100 dalla strada provinciale n. 471 Sant'Anatolia di Narco-Monteleone di Spoleto, in coincidenza della fonte "Acqualucera" (1,45 h). La carrareccia, della lunghezza di circa km. 5,5 è percorribile anche in auto ma con qualche difficoltà, in alcuni tratti, per quelle non dotate di quattro ruote motrici. Il rifugio occupa un antico casale ristrutturato a cura della sezione CAI di Spoleto "Enzo Cori" e si trova circondato da un'ampia radura costituita da terreni marginali, oltre alla quale si estendono fitti boschi di cerro. Ottimo punto di appoggio per escursioni a piedi e in mountain bike su una vasta area compresa fra i territori dei comuni di Sant'Anatolia di Narco, Scheggino, Poggiodomo e Vallo di Nera, al centro della quale si colloca il rilievo del Monte Coscerno. Il rifugio è dotato di: 1. energia elettrica prodotta con impianto fotovoltaico e con gruppo elettrogeno; 2. acqua corrente non ad uso potabile; 3. cucina attrezzata escluso il forno di cottura; 4. camino grande alimentato a legna per cucinare e produzione dell'aria calda per riscaldamento delle camerate; 5. camino piccolo alimentato a legna per produzione di acqua calda sanitaria e per riscaldamento; 6. n. 20 posti letto del tipo a castello suddivisi su due camerate; 7. n. 2 bagni di cui uno con doccia; 8. antibagno allestito con n. 2 lavabi; 9. aula didattica (piano primo sottostrada) adibita a proiezioni su varie aree tematiche, oltre a sala da pranzo (35 posti); 10. locale bivacco per ricovero di emergenza (sempre aperto).

Per informazioni e prenotazioni: caispolito@gmail.com

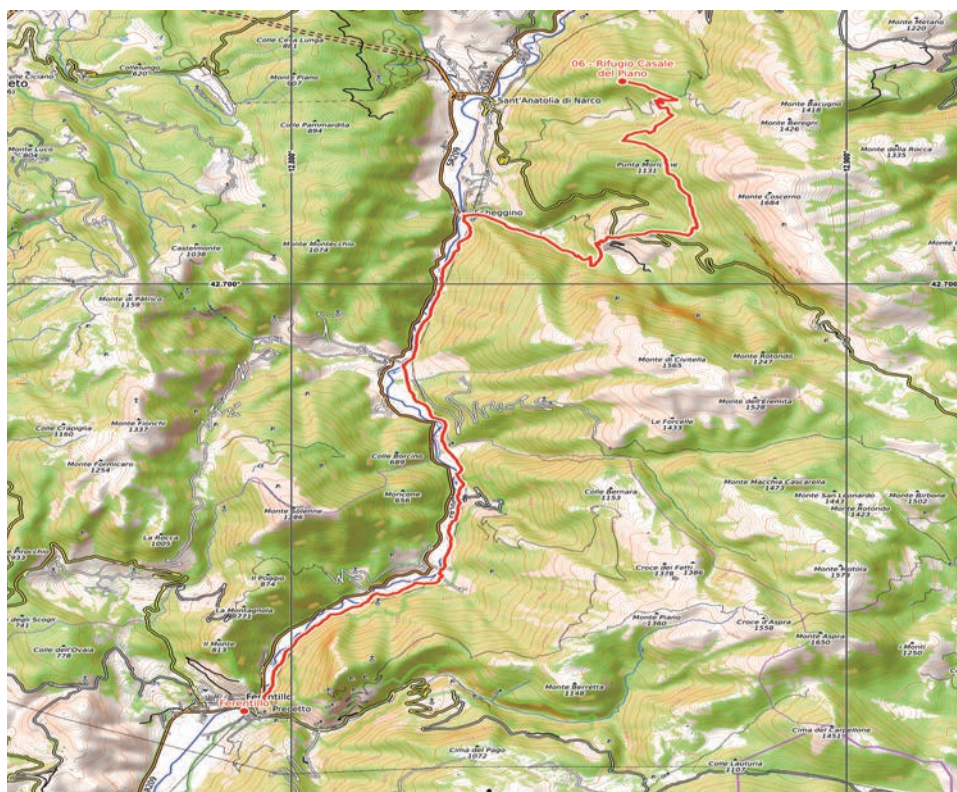


TAPPA 12

Dal Rifugio Casale del Piano a Ferentillo

Distanza 23,2 km
Dislivello + 450 m
Dislivello - 1080 m
Alt. Max 1120 m
Alt. Min. 250 m

Dal rifugio si segue la strada sterrata in direzione sud-est, dapprima in leggera salita e poi in discesa fino ad imboccare il sentiero 535 che porta alla frazione di Caso e dove intercetta il sentiero 512. Si percorre in discesa il sentiero 512, direzione sud, fino ad arrivare a Scheggino. Da qui prendendo il sentiero 540 si percorre tutto il lungonera fino ad arrivare a Ferentillo.

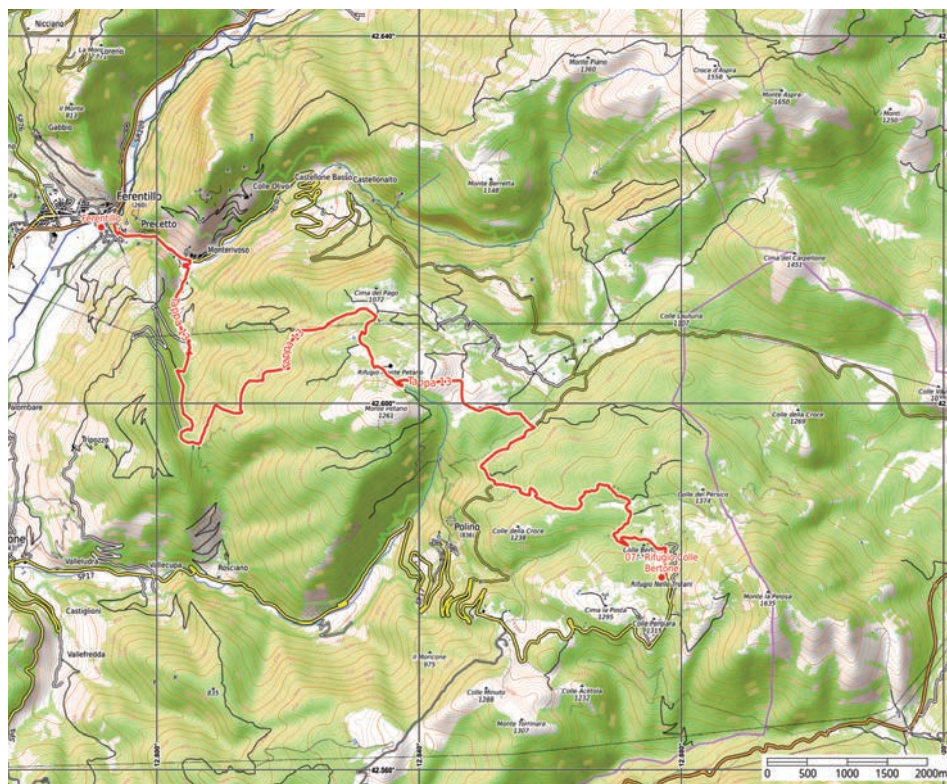


TAPPA 13

Da Ferentillo al Rifugio Colle Bertone

Distanza 16,5 km
Dislivello + 1210 m
Dislivello - 205 m
Alt. Max 1260 m
Alt. Min. 250 m

Da via della Circonvallazione si percorre via Mazzini, via Padova fino ad incrociare la SP 74 che conduce alla frazione di Monterivoso. Dalla SP 74 si svolta a dx, proprio davanti l'abitato di Monterivoso, su strada sterrata e la si percorre per circa 1,2 km. All'altezza del primo tornante la si lascia per imboccare un sentiero in direzione sud che sale fino a quota 750 e che intercetta un'altra strada sterrata. Da qui si procede lungo la strada in salita in direzione est. Dopo circa 4 km si svolta a dx sempre su strada sterrata passando alle pendici del Monte Petano e procedendo sempre in direzione est fino ad incontrare la strada asfaltata che collega Villa Pulcini con Polino. La si percorre per circa 1,2 km in direzione sud-ovest per poi girare a sx su di una mulattiera di direzione est fino ad incrociare la SP 66 che dopo circa 2 km arriva al rifugio di Colle Bertone.



Rifugio Colle Bertone

Il rifugio “Nello Troiani” del C.a.i. della sezione di Terni “Stefano Zavka” sorge a Colle Bertone nel comune di Polino (TR). Si raggiunge lasciando la Provinciale 209 Valnerina ad Arrone, direzione SP 17 per Polino, poi si continua sulla SP 66 per Colle Bertone. Fu edificato dai soci nei primi anni '50 su un terreno concesso dal comune di Polino. Il rifugio è immerso in un magnifico bosco di faggi in località “Fonte la Posta” alle pendici del Monte la Pelosa a quota 1.232 mt slm. Utilizzato dai soci come punto di partenza per escursioni fra Umbria e Lazio, offre la possibilità di pernottare e/o di trascorre piacevoli giornate.

Ristrutturato nel 2023 grazie alla partecipazione di tanti soci, dai più giovani ai più anziani, presenta al pian terreno un ampio salone con camino e cucina attrezzata con fornelli a gas, frigorifero e tutte le stoviglie. Al primo piano troviamo la zona notte composta da tre stanze con 19 posti letto, due bagni e due docce.

Il rifugio è gestito dalla “commissione rifugio” (contatti sul sito Cai Terni sezione rifugi), disponibile sia d'estate che d'inverno grazie all'impianto di riscaldamento con termoconvettori.

Per informazioni e prenotazioni:
rifugio.caiterni@gmail.com



TAPPA 14

Dal Rifugio Colle Bertone a Piediluco

Distanza 17 km
Dislivello + 100 m
Dislivello - 890 m
Alt. Max 1260 m
Alt. Min. 370 m

Si percorre la SP 66 in direzione Polino per circa 2,5 km per poi svoltare a sx in direzione sud-ovest su strada sterrata fino al cimitero di Buonacquisto, da dove inizia il sentiero 634 che porta alla frazione di Buonacquisto e quindi sulla SR 79. La si percorre per circa 450 metri superando l'incrocio con la SP 4 e quindi si gira a sx in località Spolentina seguendo la Via di Francesco fino a Piediluco.

