

# 26 Aprile 2026

## Tra Umbria e Marche

sopra la Valle del Vigi  
(Monti del Sellanese – Intersez. CAI Foligno)



<b>Difficoltà:</b>	E
<b>Dislivello:</b>	650 mt
<b>Lunghezza:</b>	16,5 Km
<b>Durata:</b>	5 ore (soste escluse)
<b>Mezzo di Trasporto:</b>	Proprio
<b>Luogo di ritrovo:</b>	Terni – Parcheggio Viale Prati
<b>Ora di ritrovo:</b>	7.30
<b>Ora di partenza:</b>	7.45
<b>Referenti:</b>	Paolo Guidi (347 0165420) Micaela Petroni (333 3516796)

Lasciate le auto nel centro dell'abitato di Verchiano, prenderemo la sterrata in direzione SUD-EST che, in breve, si trasforma in sentiero per alternarsi di nuovo in strada bianca, fino ad arrivare all'abitato di Camino. Da qui cominceremo a salire fino alla cima del monte Jugo (Monte Jù per gli abitanti 1109m) con vista magnifica sulle montagne a Sud (Monte Velino e Monte Terminillo). Il sentiero procede lungo il crinale boschivo del monte, per poi scendere all'abitato di Croce di Roccafranca. Riprenderemo la salita per raggiungere la cima del panoramico monte Ciboli (1160m) e, per una breve discesa ed una breve salita ci troveremo sulla cima del monte San Salvatore (1146m) con l'omonimo Santuario. Scenderemo da qui all'abitato di Curasci dove ci aspetta un piccolo ristoro. Rifocillati riprenderemo la discesa fino a tornare all'abitato di Verchiano.

**NOTE:** presente alla partenza, una fonte d'acqua e due punti dove è possibile prendere acqua lungo il percorso.

*Per partecipare all'escursione è NECESSARIO inviare una E-MAIL di PRE-ISCRIZIONE alla referente [micaela.petroni@gmail.com](mailto:micaela.petroni@gmail.com) indicando nome, cognome e numero di telefono. Attendere CONFERMA DI ACCETTAZIONE per considerare l'iscrizione completata.*