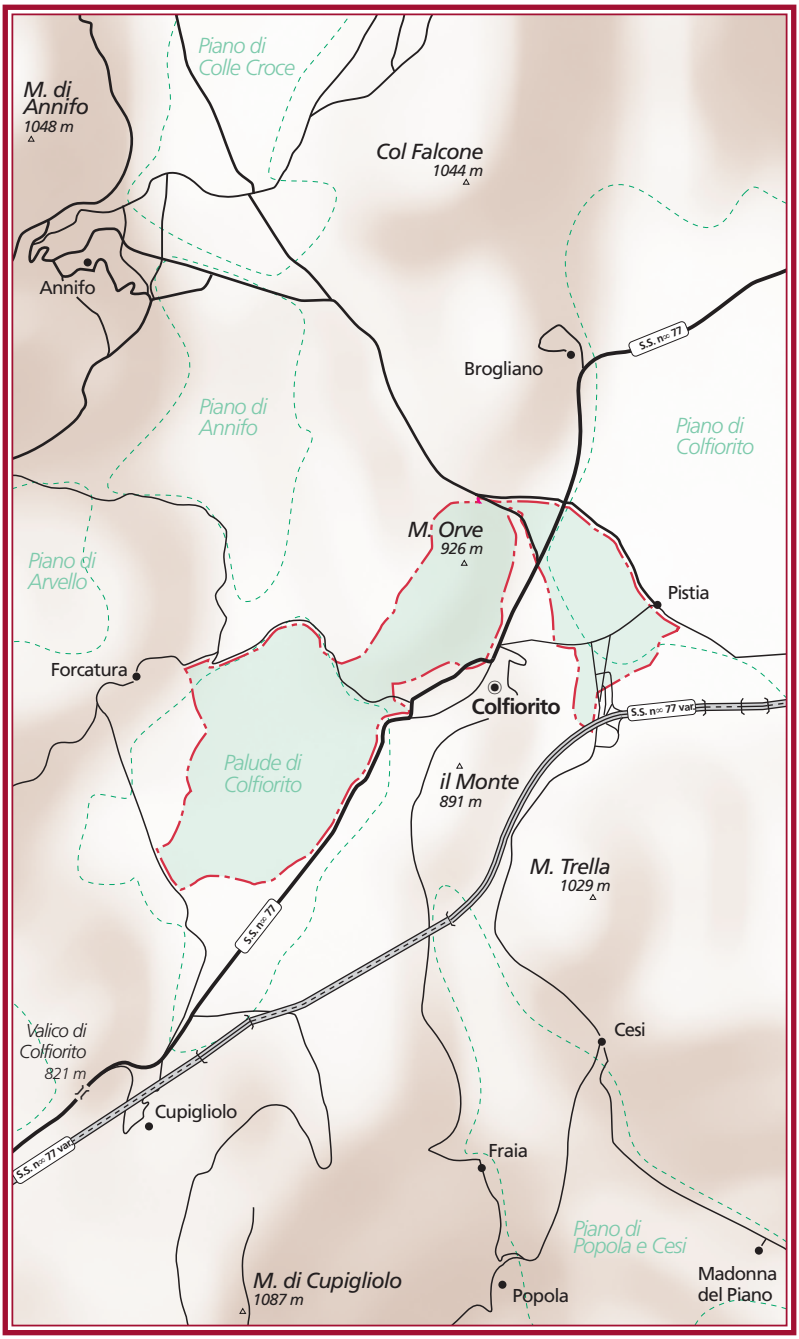
PARCO DI COLFIORITO

COMUNE DI FOLIGNO

Umbria

sistema parchi



© QUATTROEMME 2003

Area del Parco — Confine regionale

0 500 m 1 Km

PARCO DI COLFIORITO

Il Parco, il più piccolo tra le aree protette dell'Umbria, è famoso per la sua palude in quota, dicharata zona umida di importanza internazionale a seguito della convenzione di Ramsar.
Gli Altipiani di Colfiorito o Plestini, inseriti nel cuore dell'Appennino umbro-marchigiano, si presentano come un complesso di sette conche dall'andamento ondulato racchiuse entro una corona di dorsali calcaree dall'aspetto aspro e scosceso. Il contrasto tra queste e il profilo collinare degli altipiani, costituisce una delle note paesaggisticamente più interessanti.

Il Parco di Colfiorito comprende valenze ambientali di grande rilievo. A queste si aggiungono quelle culturali e storiche: il territorio, infatti, documenta millenni di storia dell'uomo, dai castellieri di età arcaica al centro protourbano del monte Orve, ai reperti di epoca romana di Plestia, al paesaggio agrario che ripete in gran parte l'assetto antico, alle testimonianze di epoca longobarda e medievale visibili nelle abbazie, nei borghi, nelle torri e nei castelli.

Istituzione **1995**; Gestore **Comune di Foligno**; Area protetta **338 ha**; Provincia **Perugia**; Comune **Foligno**

Una palude tra le montagne

Il territorio del Parco è caratterizzato da una vegetazione varia e articolata particolarmente influenzata dalla presenza dell'area umida, un ambiente raro caratterizzato da differenti habitat. La Palude, estesa per circa cento ettari, rappresenta il sistema naturalistico più importante.

Foto F. Renzini

ACQUE PERENNI

L'acqua è più profonda e presente per tutto l'anno. Lungo i canali e i cosiddetti "chiari" troviamo l'habitat protetto "Laghi eutrofici naturali..". Questo ambiente è caratterizzato dalle idrofite natanti, come la ninfea bianca che forma i cosiddetti "lamineti", la lenticchia d'acqua e il millefoglio d'acqua.

ACQUE SALTUARIE

Acque stagnanti, poco profonde, caratterizzate da alternanze stagionali dei livelli, ospitano estesi canneti a cannuccia di palude, alternati ad aree con carici. L'habitat di riferimento è quello delle "Acque oligomesotrofe calcaree".

In un'area umida come quella di Colfiorito, la distribuzione delle comunità vegetali è strettamente collegata alla presenza dell'acqua con riferimento a due parametri fondamentali: la profondità e la permanenza nel tempo. Gli habitat della palude si stratificano in fasce concentriche a partire dalle acque più profonde e durature fino ad arrivare a quelle superficiali ed effimere. L'area del parco comprende entro suoi confini, oltre all'area umida, alcune zone semi pianeggianti a destinazione agricola con coltivazioni di cereali, patate, lenticchie e foraggi. Il rilievo di Monte Orve (926 m) è ricoperto da boschi di carpino nero, cerro, orniello, acero, rimboschimenti di conifere ed estese praterie secondarie punteggiate da cespugli di ginepro, citiso e ginestra odorosa.

CARICETI E PRATI UMIDI

Sui terreni più asciutti, inondati solo a seguito di forti piogge, si sviluppano i prati umidi falciabili caratterizzati soprattutto da ranuncolo vellutato e orzo perenne. Dove l'acqua permane per alcuni mesi, il terreno può arrivare a disseccarsi nel periodo estivo. Scompare la vegetazione elofitica ed entra in gioco la formazione del cariceto. Si tratta di una fascia intermedia tra l'ambiente del lago e quello della torbiera. Ai "prati palustri" si succedono i "prati umidi falciabili".

ALBERI E ARBUSTI IGROFILI

Ai margini della palude, in aree dove il terreno è più compatto e più raramente coperto d'acqua, si trovano le tipiche formazioni arboree igrofile, caratterizzate in particolare dalla presenza di salici di varie specie, e pioppi solitari o a gruppi.
La presenza di alberi è molto importante per l'equilibrio complessivo dell'ambiente della palude come luogo di rifugio per l'avifauna.

LE ELOFITE

Sono molto simili a normali piante erbacee perenni, che però esigono forte umidità e presenza di terreno fangoso e ricco d'acqua. Una delle specie più caratteristiche di questa fascia è la cannuccia di palude, pianta che può arrivare a oltre quattro metri d'altezza e che forma, insieme alle altre elofite, un ambiente molto importante per tanti uccelli che qui trovano cibo e riparo.

La fauna

La presenza di ambienti diversificati che vanno dalle zone umide, ai boschi, ai coltivi, rende la fauna degli Altipiani ricca e differenziata a seconda dell'habitat e, nel caso degli uccelli migratori, anche della stagione. Grazie alla vivacità ed alla vasta gamma di forme, colori e canti, gli uccelli costituiscono la componente faunistica di maggiore impatto estetico ed emozionale. L'area degli Altipiani Plestini si colloca lungo la rotta migratoria dove ogni anno a migliaia fra anatre, oche, limicoli, folaghe, gru, cormorani, aironi, starne, falchi e piccoli passeriformi, provenienti da aree riproduttive del centro e del nord Europa, percorrono questa via spinti dalla necessità di raggiungere terre più o meno lontane, favorevoli per condizioni climatiche ed alimentari. Il fascino straordinario di questo evento risiede anche nel fatto che la migrazione di ogni specie presenta caratteristiche peculiari: diverse sono le mete, i periodi del passo e le ore di spostamento, il grado di gregarietà e le geometrie delle formazioni, l'altezza di volo e le tecniche di orientamento. Tuttavia quasi tutti i migratori devono compiere delle soste e la palude, con il suo particolarissimo habitat, rappresenta il luogo ideale.

Airone cenerino
Falco di palude

Nel Parco risultano presenti 155 specie, di cui 86 nidificanti (41 delle quali di interesse conservazionistico). Le specie di interesse comunitario sono 13, tra cui il Tarabuso è classificata come prioritaria. Numerose altre specie di interesse conservazionistico (in totale 43), ma non nidificanti, abitano il Parco come svernanti e/o migratrici o occasionali. Tra esse sono numerose quelle tipiche delle zone umide: dall'Alzavola al Cavaliere d'Italia, al Gufo di palude. L'area è importante ai fini dello svernamento e della nidificazione dei passeriformi: presenti Cannaiola comune, Cannareccione, e Basettino oramai nidificante in Umbria solo nella Palude di Colfiorito. Di particolare rilievo è la colonia degli ardeidi costituita, oltre che dal Tarabuso, da Airone bianco, Airone rosso, Nitticora, Tarabusino. Infine risalta, per numerosità, l'Airone cenerino che si riproduce nel canneto della palude. Presenti anche numerosi rapaci, tra cui Falco di palude, Albanella , Sparviere , Poiana, Gheppio, Lodolaio. Tra i rapaci notturni si segnalano l'Assiolo e la Civetta. Il periodo consigliato per gli avvistamenti va da marzo a settembre. Utilizzabile, tra l'altro, l'osservatorio a valle della località Forcatura che, tramite una passerella in legno, si addentra nella palude.

Svasso
Basettino
Airone bianco maggiore

I mammiferi sono rappresentati da specie che risultano generalmente crepuscolari e di scarsa osservabilità. Nel Parco troviamo 37 specie, di cui 7 di Insettivori, tra cui Riccio europeo, Talpa romana, Toporagno, 9 specie di Pipistrelli, ed inoltre la Lepre europea, lo Scoiattolo comune, Ghiro, Moscardino e Istrice, Campagnolo rossastro, Topo selvatico; 6 specie di Carnivori tra cui il Lupo Italiano, il Tasso, il Gatto selvatico, la Volpe, la Faina, la Donnola, il Capriolo e il Cinghiale.

Lepre europea
Capriolo

Un parco per il
Tarabuso

Il tarabuso (Botaurus stellaris), ardeide schivo ed elusivo, può essere considerato, di fatto, il simbolo del Parco. Specie in forte declino in Europa e a rischio d'estinzione in Italia, ha trovato a Colfiorito l'habitat ideale per vivere e riprodursi. Non ostante la quota relativamente elevata (750 m.) la palude, con le vaste aree di canneto, i chiari d'acqua e lo scirpeto perimetrale, offre rifugio e nutrimento a questo splendido uccello, la cui presenza è ormai costante.
Per le sue notevoli capacità mimetiche, dovute al colore del piumaggio e alla posizione verticale che assume, con il collo allungato ed il becco verso l'alto, è difficile da vedere, anche se ha abitudini diurne.
Costruisce il nido a livello del terreno, nel folto del canneto e vi depone di solito 5-6 uova. Il maschio è poligamo e attira le femmine nel suo territorio con un verso caratteristico, simile ad un muggito.
Si alimenta nelle aree marginali, dove l'acqua è più bassa, muovendosi con passi lenti e circospetti, a caccia di anfibi e piccoli pesci. Nella stagione invernale si adatta al clima sfavorevole, che può anche gelare l'acqua della palude, cacciando topi ed altre piccole prede nei campi circostanti.

FABRIZIO MOLA

UNO SCRIGNO DI BIODIVERSITÀ

I sistemi paludosi sono la massima espressione della biodiversità floristica e faunistica.
La presenza costante dell'acqua durante tutto l'anno, garantisce la vita dei pesci, anfibi e rettili che costituiscono il principale alimento degli uccelli acquatici. *Tra i rettili sono presenti: la Vipera comune , l'Orbettino e, fra i culobridi, la Natrice dal collare . Tra gli anfibi: il Tritone, la Raganella e la Rana agile. Il popolamento ittico presenta la Tinca e la Scardola , ma è soprattutto caratterizzato da specie provenienti da altre regioni geografiche come il Carassio dorato, la Gambusia e la Carpa.*

Calopteryx virgo

FARFALLE

Grazie ad uno studio mirato alla realizzazione della guida dei lepidotteri del parco di Colfiorito sono state rilevate 54 specie presenti all'interno dell'area parco, di queste 5 sono considerate specie non comuni a livello nazionale e/o regionale e 2, la Zerynthia polixena e la Euphydryas aurinia sono di particolare pregio conservazionistico in quanto elencate nella lista della direttiva "Habitat" 92/43 CEE e protette dalla convenzione di Berna (1979).

LIBELLULE

Sono insetti affascinanti e misteriosi, e popolano in maniera consistente la palude. Gli Odonata, questo il nome scientifico dell'ordine a cui appartengono tutte le libellule, sono diffusi ovunque sia presente un corso o uno specchio d'acqua. La formidabile potenza di volo e la vista straordinaria fanno sì che le libellule siano cacciatori alati senza pari.

Le larve vivono nei più svariati tipi di acque preferendo quelle tranquille, con vegetazione abbondante e fondo melmoso. Delle 80 specie presenti in Italia almeno 30 sono quelle rilevate a Colfiorito.

Zerynthia

Il museo naturalistico

Il Museo è uno strumento per approfondire la conoscenza scientifica ambientale degli Altopiani Plestini.
IL materiale scientifico e di documentazione è raccolto e organizzato in pannelli che raccontano: l'evoluzione geomorfologica della Appennino umbro marchigiano; i ritrovamenti fossili; le caratteristiche botaniche vegetazionali e faunistiche degli Altopiani Plestini.

"Questo territorio racconta di come l'acqua abbia influenzato la presenza dell'uomo nel tempo e di come l'uomo abbia cercato di piegare alle sue esigenze la presenza dell'acqua."

Il Museo è ospitato in una struttura che rappresenta un luogo evocativo della storia recente del nostro paese:"le ex Casermette" dei capannoni costruiti nel 1882 per l'accantonamento militare, che nella parentesi dal 1939 fino al settembre del 1943 divennero campo di internamento per confinati albanesi, politici italiani e internati civili montenegrini.

LE COLLLEZIONI NATURALISTICHE

Oltre alle informazioni scientifiche il museo conserva ed espone una raccolta di insetti, l'erbario e la collezione di uccelli imbalsamati rappresentativi dell'area del Parco.

Mostre fotografiche ed esposizioni temporanee vengono allestite ogni anno per approfondire i vari aspetti: scientifici, naturalistici, storici e culturali dell'area.

L'uomo non proteggerà mai qualcosa che ignora e che non comprende completamente (Jean Dorst)

Il museo è anche in importante presidio scientifico, culturale ed espositivo delle molteplici ricchezze naturalistiche e storiche del territorio. Oltre a conservare ed esporre delle importanti collezioni ornitologiche, botaniche ed entomologiche mantiene vivo e aggiornato il contatto con il territorio attraverso la raccolta e divulgazione dei dati ambientali e paesaggistici dell'area del Parco di Colfiorito e degli Altopiani Plestini che scaturiscono da continui monitoraggi e ricerche scientifiche.

Attività di inanellamento dei passeriformi migratori

Altri luoghi di particolare interesse sul territorio

Botte dei Varano e Condotto romano – Località Fonte delle Mattinate, Serravalle di Chienti (MC). Anticamente il piano di Colfiorito era occupato dal Lacuus Plestino, bonificato in varie epoche attraverso dei canali artificiali che convogliano le acque nel fiume Chienti. Il condotto romano risale all'epoca augustea (I sec. a.C.) mentre la Botte dei Varano fu realizzata nella seconda metà del XV , secolo entrambe sono opere di alta ingegneria idraulica.

Museo Paleontologico di Serravalle di Chienti (Mu.P.A.) esposizione di mammiferi fossili quali: ippopotami, mammutus e rinoceronti rinvenuti nei giacimenti fossiliferi di Cesi e Collecurti, datati 900.000 e 700.000 anni fa.

Per le visite e attività didattiche rivolgersi a:
mupaserravalledichienti@gmail.com; comune@serravalle.sinp.net

I Piani Plestini

Le caratteristiche geomorfologiche, gli aspetti idrologici, storico-paesaggistici e ambientali rendono quest'area uno degli elementi naturali più interessanti dell'Appennino centrale, a un altitudine che va dai 750 ai 800 m slm.

Gli altopiani di Colfiorito o Altopiani Plestini, localmente chiamati Piani, sono depressioni che rappresentano il fondo di antichi bacini lacustri prosciugatisi naturalmente o per bonifica.

Durante la stagione invernale alcuni piani ritornano ad essere sommersi e la palude di Colfiorito rappresenta l'unico specchio d'acqua permanente. Interessante la presenza degli inghiottitoi: fessure del terreno, di origine carsica, attraverso i quali l'acqua si inabissa nel suolo.

ARS COLOR - PERUGIA

Piano di Colle Croce
È l'unica area
non interessata
da un ambiente umido.
Il fondo del piano è messo
a coltura: patata rossa,
farro, lenticchia

Piani di Annifo e Arvello (ZSC IT 5210032)
Il piano di Annifo rappresenta la continuazione
del Piano di Colle Croce ed è contiguo
a quello di Arvello. Lo caratterizza
la contemporanea presenza di ambienti umidi
e campi coltivati.
Il piano di Arvello, il più piccolo dei sette,
è in parte interessato da coltivazioni
di patate e cereali.

Piano di Ricciano (ZSC IT 5210036)
Si trova a 798 m. e presenta numerosi
fenomeni carsici, tra cui un grande
inghiottitoio nella parte centrale.
Ha le caratteristiche di una zona umida,
ad eccezione delle aree marginali
che sono coltivate.

Piano di Colfiorito
Il più grande dell'area, è conosciuto anche come Piano di Casone. Anticamente era il lacus plestinus, bonificato nel 1483 tramite la Botte dei Varano, un canale artificiale che fa defluire le acque nel Chienti. Recentemente è stato scoperto un condotto analogo, parallelo, di epoca romana.

Palude di Colfiorito
(ZPS IT 5210072 - ZSC IT 5210034)
La Palude, cuore del Parco, è l'unica area in cui l'acqua, pur con notevoli variazioni di livello stagionali, permane tutto l'anno. Evidenti i fenomeni carsici come il grande inghiottitoio, sul margine nord, nei cui pressi un antico mulino sfruttava l'acqua proveniente dalla palude.

Piani di Cesi e Popola
Si collocano a sud del Parco e presentano sia prati umidi, sia, soprattutto, coltivazioni.

FOTO DEL PARCO REGIONALE DI COLFIORITO

In giro per i Piani

PARCO REGIONALE DI COLFIORITO

Col Falcone (ZSC IT 5210031)
Si segnala la presenza del cerro e dell'agrifoglio, una delle specie più rare allo stato spontaneo

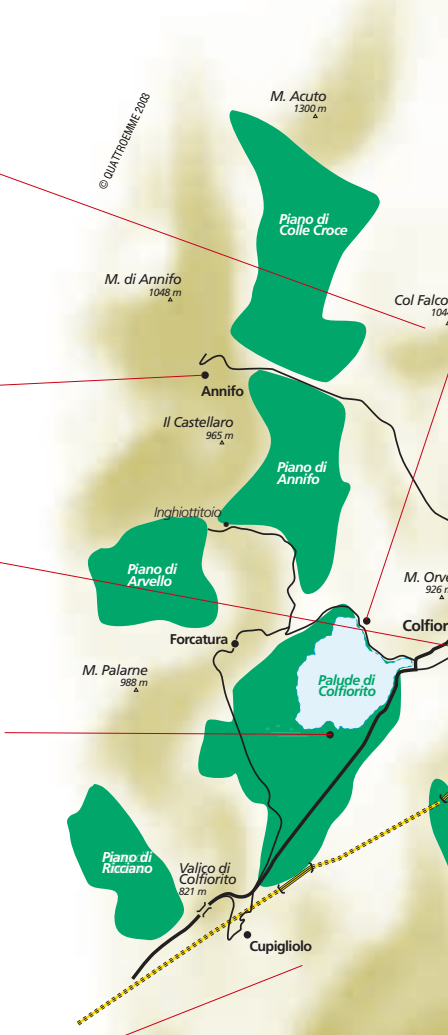
Monte Frumentario
Fondato nel 1492 per raccogliere, con le elemosine in grano, le sementi necessarie da restituire nei tempi di carestia.

Colfiorito
Posto ai margini della palude, è il centro maggiore degli Altipiani

Torbiera
Il fenomeno è caratteristico delle zone palustri. La torba è un carbone, risultato di processi di fossilizzazione che hanno interessato la vegetazione presente ai bordi e sul fondo dello specchio d'acqua. Attiva fino alla seconda metà del '900, la torbiera si è esaurita a causa di interventi umani che ne hanno alterato le condizioni di rigenerazione.

Selva di Cupigliolo (SIC IT 5210034)
È caratterizzata da estesi boschi di cerro e da un habitat integro

BRUNO MATTIOLI



ARCHIVIO PARCO DI COLFIORITO

Molinaccio
Il nome deriva dalla presenza di un antico molino mosso dalle acque che, dalla palude, defluiscono nell'inghiottitoio.

Convento di San Bartolomeo
Costruito dagli abitanti di Colfiorito nel XIII secolo e affidato ai frati Minori

GIOVANNI AGLIETTI

Santa Maria di Plestia
Dell'edificio religioso si ha notizia fin dal X secolo. La cripta, risalente all'XI secolo, è suddivisa in cinque piccole navate da una serie di colonne abbellite da capitelli: si tratta di elementi di reimpiego di epoca romana. La chiesa è meta di pellegrinaggi

Ospitale di San Pietro
Si trovava lungo la via Plestina e fu eretto nel XIII secolo

Santa Maria del Piano
Il santuario, eretto nel '500, è oggetto di processioni devozionali a cui partecipano diverse confraternite che si riuniscono il lunedì di Pasqua

PARCO REGIONALE DI COLFIORITO

Archeologia

Gli Altipiani di Colfiorito hanno rappresentato, attraverso i secoli, un passaggio obbligato lungo le vie di transito che attraversavano i valichi dell'Appennino centrale: di conseguenza il luogo fu frequentato fin dall'epoca preistorica. I primi reperti ritrovati sono dei manufatti litici risalenti al paleolitico superiore.
Gli Altipiani furono abitati nell'età del bronzo e, stabilmente, dall'età del ferro (X-IX sec. a.C.) dal popolo italico dei Plestini come attestano i ritrovamenti tra cui le numerose necropoli e i tanti castellieri d'altura. Successivamente, dopo la conquista romana dell'Umbria nel 295 a.C., l'area fu colonizzata: le popolazioni lasciarono gli insediamenti fortificati sui rilievi, bonificarono la palude e fondarono la città di Plestia, che ebbe un notevole sviluppo divenendo un importante Municipio.

Reperti dalle tombe della necropoli plestina di Colfiorito

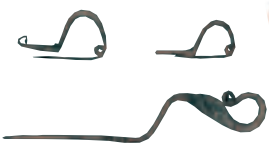


FOTO SOPR. BB. ARCHEOLOGICI

I Plestini
Il popolo italico, menzionato nelle antiche fonti – è ricordato da Plinio (N.H., III, 114), da Appiano, Polibio, Cornelio Nepote – è documentato dai ritrovamenti presso il santuario della dea Cupra.
I Plestini, che hanno costituito un complesso territoriale omogeneo, si sono insediati in un'area sociale compresa tra il Sasso di Pale a occidente, la valle del Menotre a meridione, il territorio camerte a oriente, e il monte Pennino e il territorio di Nocera a settentrione. Lo sviluppo di questa popolazione è stato determinato dallo sfruttamento delle risorse naturali: l'abbondanza delle acque, dei pascoli montani e dei boschi ha permesso la nascita di una fiorente economia agricola e silvo-pastorale. La caccia, la pesca e il pascolo, oltre che rappresentare la base del sostentamento delle popolazioni locali, ha inoltre favorito la nascita degli scambi commerciali con le popolazioni limitrofe.

I castellieri degli Altipiani Plestini

I castellieri sono insediamenti fortificati costruiti a partire dalla fine del VII secolo a.C. con funzione di controllo dei valichi dell'Appennino. Presentano forma variabile, per lo più circolare o elissoidale. Sono circondati da terrapieni, o mura aperte da un unico accesso e da un fossato. Ai loro piedi si estendevano le necropoli.

Nei Piani di Colfiorito se ne conta un numero rilevante: si collocano soprattutto sulle alture, lungo la viabilità primaria e secondaria e presso le aree di confine del territorio.
Ricordiamo il castelliere del monte Orve, Casicchio, Vervara, Borgarella-Castellina, La Torre a Casenove, Castellaccio o monte Torricelle, Monte, Le Penne, Afrile, Castellaro di Talogna e Croce di Fumegghia ad Annifo, Le Cese, Carmello, Castellare a monte Acuto, monte Trella. Presso Dignano sono Castello, Tolagna, monte Birbo, monte San Salvatore di Verchiano.
In epoca medievale alcuni di questi divennero sede di santuari terapeutici e meta di pellegrinaggi. Localmente i castellieri sono conosciuti anche con il nome di "trincee" perché riutilizzati in tempo di guerra.

Il castelliere di monte Orve

Monte Orve riveste notevole importanza perché, tra tutti i centri di altura, si sviluppa come centro protourbano. Infatti, a partire dal V secolo a.C. il castelliere appare circondato per 1,3 km da grosse mura poligonali con massi calcarei rozzamente squadrati e tenuti insieme senza malta cementizia.
All' interno appaiono i terrazzamenti su cui era distribuito l' abitato e sull' acropoli i resti di un edificio, forse un tempio. L' area fu occupata in età romana e, successivamente, in epoca medievale, quando vi fu costruita la canonica di Santa Maria in Orve.

Le necropoli plestine

L'area degli Altipiani è occupata da diverse necropoli di età preromana. Quella di maggiori dimensioni è stata riportata alla luce alle falde del monte Orve nei pressi del paese di Colfiorito. Le tombe finora scavate sono circa 250 e sono tutte del genere a inumazione. Coprono un arco di tempo che va dal X secolo a.C. al II secolo a.C. Vi si possono riconoscere 4 fasi: la 1ª databile nella I età del ferro presenta corredi semplici (vasi, monili, rasoi); la 2ª è quella orientalizzante del VII secolo: corredi più ricchi con numerosi oggetti ornamentali in bronzo e vasi di impasto a decorazione complessa. La 3ª fase di età arcaica (VI-V sec. a.C.), corrispondente a una più complessa strutturazione sociale del popolo dei Plestini, presenta oggetti preziosi anche di importazione. In questo periodo sorge il santuario della dea Cupra e il centro di monte Orve. Nella 4ª fase (IV-III sec. a.C.), immediatamente precedente alla colonizzazione romana, si assiste a un lento impoverimento della creatività e dell'entità dei materiali rinvenuti.

Kylix attica a figure rosse
Corredo di tomba della necropoli plestina di Colfiorito

Il tempio della dea Cupra
I resti del tempio sono stati individuati lungo via Nucerina, presso la sponda meridionale del lago. Era un santuario di passo dedicato alla dea della fertilità e delle acque, considerata la "madre dei Plestini", come si legge nelle lamine ritrovate sul luogo, insieme a molti materiali ceramici e bronzetti votivi.

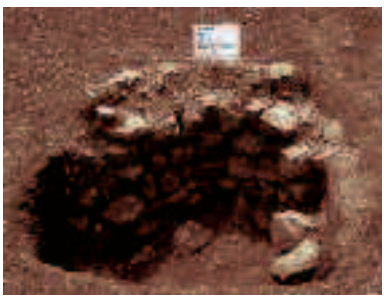
Museo Archeologico Colfiorito MAC
Raccoglie i reperti venuti alla luce nel corso degli scavi effettuati nel territorio degli altopiani, che vanno dall' età preistorica alla romanizzazione.

Informazioni e prenotazioni visite guidate:
tel. 0742 681008/357989/681198/330584/330585/330600
e-mail: archeo.colfiorito@libero.it

A Plestia

MEDIA GROUP

Plestia fu una fiorente città sviluppatasi lungo l'importante asse viario che collegava i due versanti degli Appennini: gli abitanti dell'altopiano avevano dato vita a un insediamento urbano già a partire dal II secolo a.C. Alleata di Roma, divenne municipio nel I secolo a.C.
Dal V secolo fu eletta a sede vescovile.
Nel X secolo fu abbandonata probabilmente in seguito alle invasioni barbariche: gli abitanti del luogo dovettero allora rioccupare i più sicuri castellari situati sulle alture vicine.
L'area archeologica è stata individuata in località Pistia, presso la chiesa di Santa Maria di Plestia.
Gli scavi archeologici hanno riportato alla luce alcuni resti dell'antica città tra cui l'area del foro che è stata identificata presso la basilica.


SOPR. BENI ARCHEOLOGICI

SOPR. BENI ARCHEOLOGICI

SOPR. BENI ARCHEOLOGICI

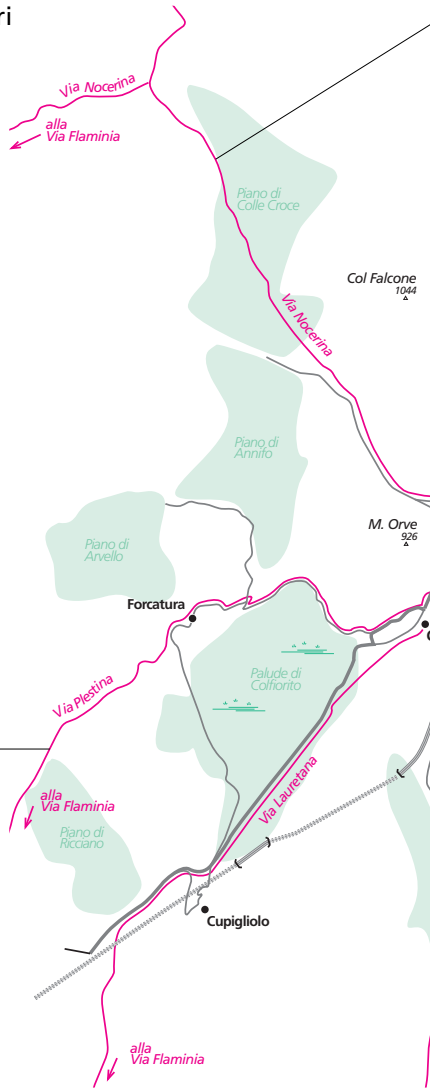
Plestia: resti di villaggi della prima età del ferro (IX-VII sec. a.C.)

Nelle vicinanze sono le tracce di edifici tardo-repubblicani. Sotto le strutture romane, sono presenti i resti di un villaggio dell'età del ferro risalente al IX-VII secolo a.C. Tali villaggi si presentano come nuclei sparsi composti di capanne di forma pressoché circolare. All'interno erano pavimentate e strutturate intorno a un focolare.

Consulenza di Laura Bonomi, Soprintendenza per i Beni Archeologici dell'Umbria

Antiche vie

Gli Altipiani di Colfiorito sono stati, fin dall'epoca preistorica, l'anello di congiunzione degli itinerari appenninici: lo attestano le necropoli e il sorgere dei numerosi castellieri. La loro funzione strategica si è consolidata in epoca romana quando nell'area sono confluite alcune delle arterie principali del territorio umbro-marchigiano. I tracciati stradali sorti in epoca protostorica ricalcarono i sentieri della transumanza.
In epoca romana furono arterie di collegamento tra le colonie. Nell'età medievale divennero anche le vie dei pellegrini che si recavano ad Assisi.



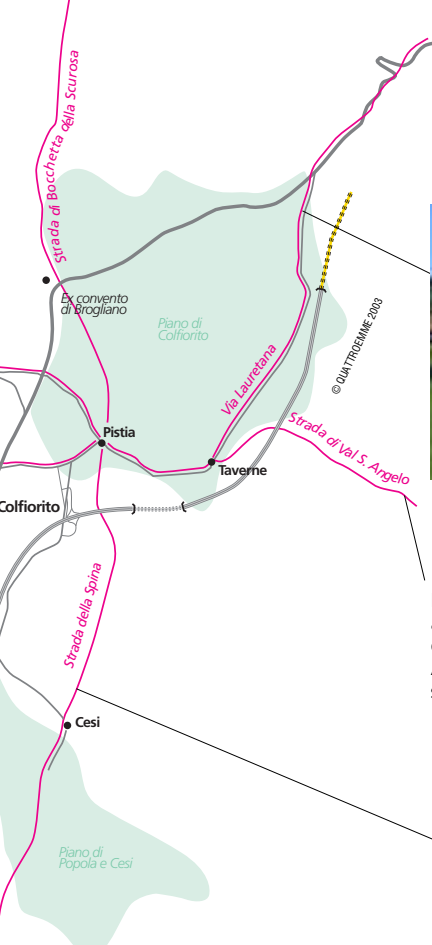
BRUNO MATTIOLI

Via Plestina

La **via Flaminia**, la più importante delle arterie romane, transitava per *Forum Flaminii*, attraversava il fiume Topino e, dopo aver varcato il Pontecentesimo, raggiungeva Pieve Fanonica in territorio plestino.
Da qui si dipartiva la via Plestina che attraversava gli Altipiani, costeggiava la palude nel tratto superiore e si portava a Plestia

PARCO REGIONALE DI COLFIORITO

La **via Nucerina** partiva da Plestia e, transitando tra il monte Orve e Col Falcone, raggiungeva Nocera Umbra. Un tratto di questa è visibile nel Piano di Annifo



La **via Lauretana**
La via Lauretana, anticamente, coincideva in questo tratto con la via Plestina. Nella seconda metà del XVI secolo fu preferito il percorso vallivo, lungo il tracciato dell'attuale SS 77.

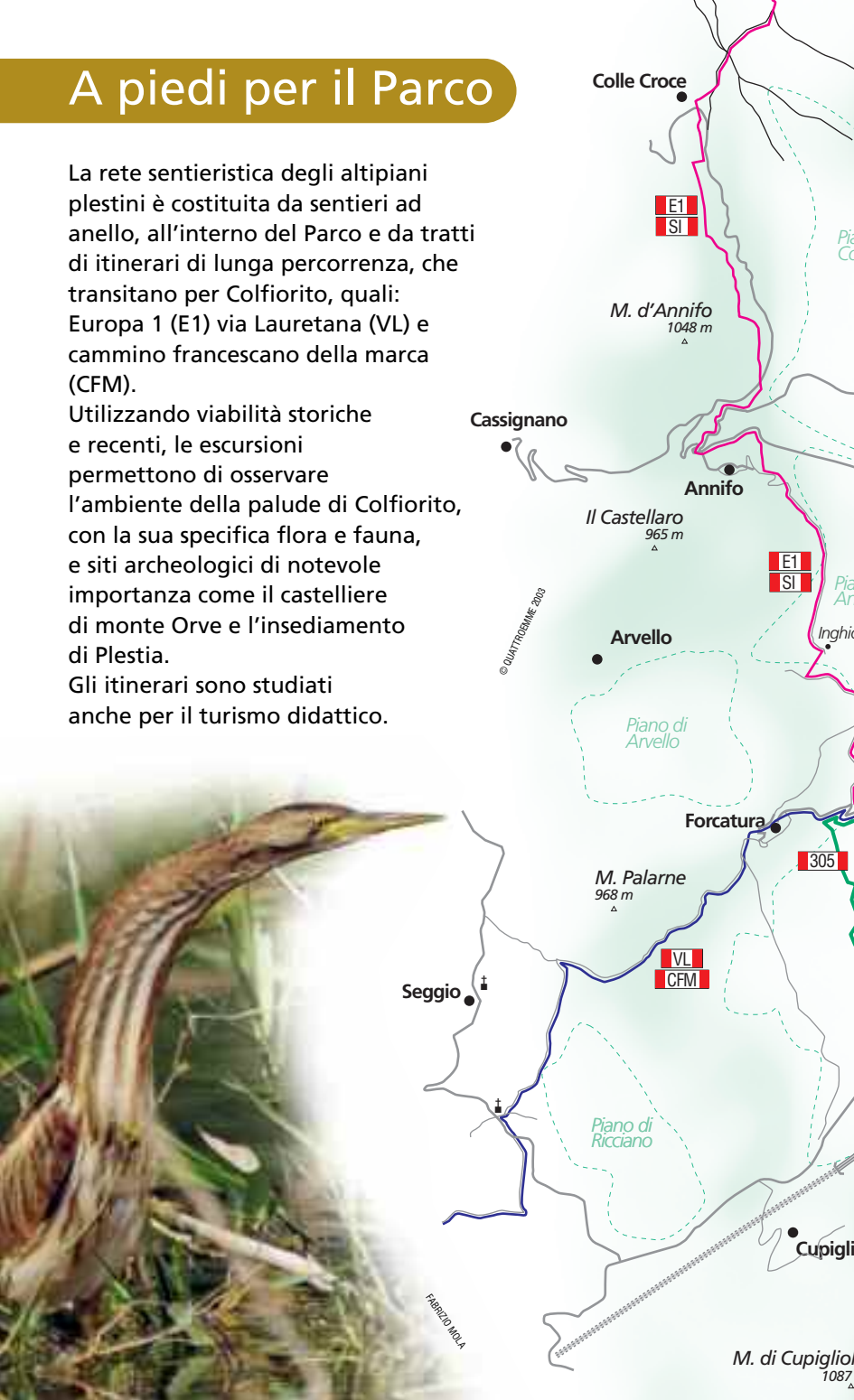
Di origine antichissima sono anche **la strada della Bocchetta della Scurosa** e **di Val Sant'Angelo**.
Ambedue partivano da Plestia; la prima si dirigeva a nord, la seconda ad oriente

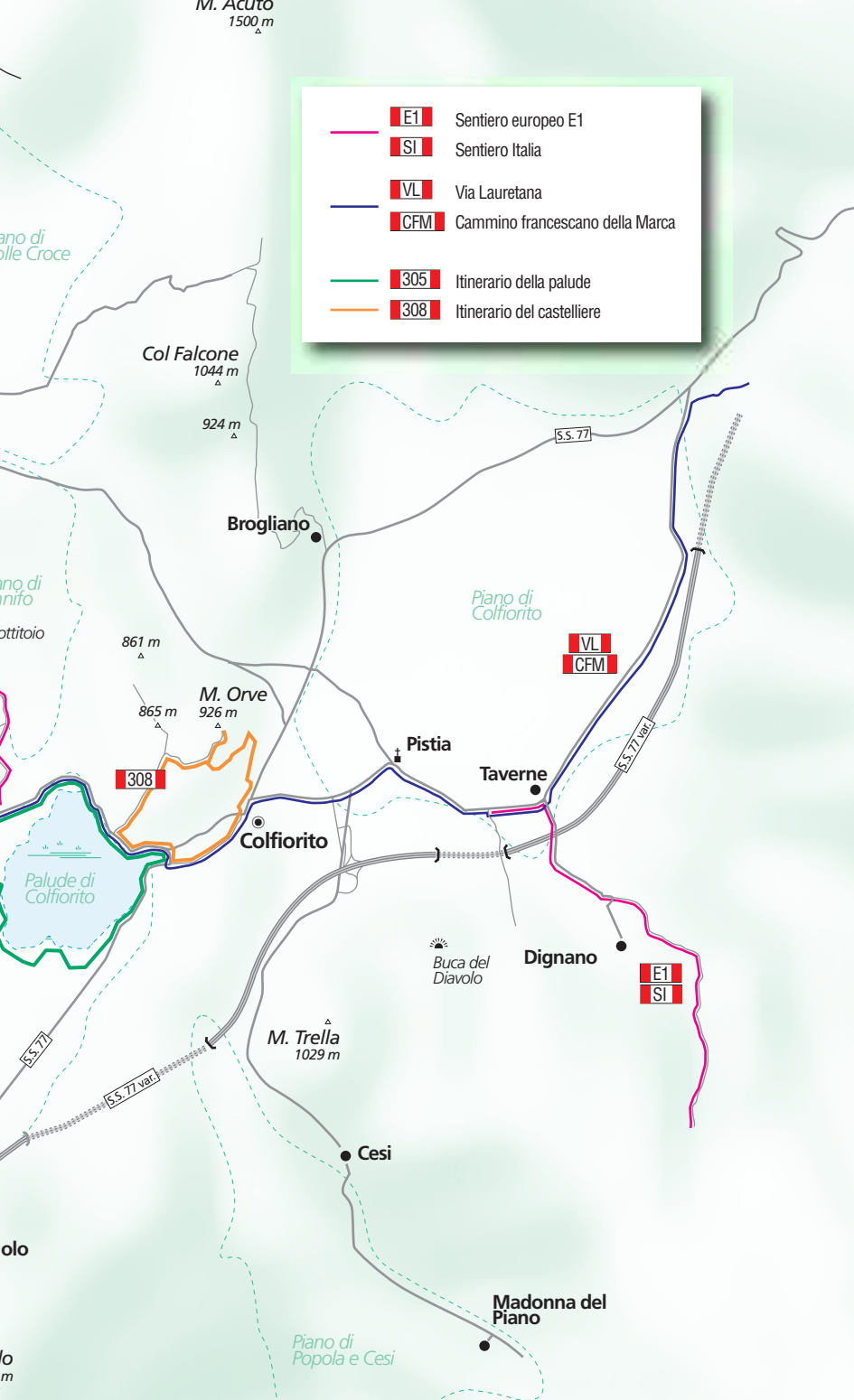
La **strada della Spina** aveva come punto di partenza Plestia, passava ai piedi del monte Trella e raggiungeva Spoleto.
Di origine protostorica, se ne riconosce un tratto tagliato nella roccia presso il monte Trella

BRUNO MATTIOLI

A piedi per il Parco

La rete sentieristica degli altipiani plestini è costituita da sentieri ad anello, all'interno del Parco e da tratti di itinerari di lunga percorrenza, che transitano per Colfiorito, quali: Europa 1 (E1) via Lauretana (VL) e cammino francescano della marca (CFM).
Utilizzando viabilità storiche e recenti, le escursioni permettono di osservare l'ambiente della palude di Colfiorito, con la sua specifica flora e fauna, e siti archeologici di notevole importanza come il castelliere di monte Orve e l'insediamento di Plestia.
Gli itinerari sono studiati anche per il turismo didattico.




M. Acuto
1500 m
E1 Sentiero europeo E1
SI Sentiero Italia
VL Via Lauretana
CFM Cammino francescano della Marca
305 Itinerario della palude
308 Itinerario del castelliere
Col Falcone
1044 m
924 m
S.S. 77
Brogliano
Piano di Colfiorito
VL
CFM
861 m
M. Orve
865 m
926 m
Pistia
Taverne
S.S. 77 var.
308
Colfiorito
Palude di Colfiorito
Buca del Diavolo
Dignano
E1
SI
M. Trella
1029 m
S.S. 77
S.S. 77 var.
Cesi
Madonna del Piano
Piano di Popola e Cesi

Itinerario 308
del castelliere (CA)

Partenza e arrivo:
Colfiorito sede Parco
Distanza km. 3.4 + m. 600 deviazione –
Dislivello in salita m. 120 + m. 36 deviazione castelliere
Tempo percorrenza h. 1.10 + min. 20 deviazione castelliere –
Difficoltà T

L'itinerario ad anello, percorribile nei due sensi, è descritto in senso antiorario.
Dalla Casa del Parco avviatevi verso l'area camper e poi, a sinistra, prendete il sentiero che sale sulle pendici del Monte Orve. Al termine della salita prendete, a sinistra, la carrareccia che, passando sotto i ripetitori, arriva al bivio per la vetta. Prendendo a destra, in salita, arriverete in vetta dove sono i resti del castelliere; proseguendo a sinistra, ancora a sinistra al successivo bivio, scenderete a bordo palude. Quasi al termine della discesa, con una breve deviazione a sinistra, una traccia di sentiero che sale nel prato vi porterà ad uno splendido punto panoramico, a valle della Croce di Cassicchio.
Giunti a bordo palude prendete, a sinistra, il sentiero pedonale che, costeggiando la strada, vi porterà all'ingresso del paese. Girando a sinistra attraversate la strada e percorrete, sul marciapiede, la via centrale del paese fino ad arrivare all'area ex casemette ed alla sede del Parco.

Itinerario 305
della palude (PA)

Partenza e arrivo: Colfiorito loc. Fagiolaro
Distanza km. 4.9 - Dislivello in salita m. 40
Tempo di percorrenza h. 1.30 - Difficoltà T

L'itinerario ad anello, percorribile nei due sensi, è descritto in senso antiorario.
Partendo dall'area verde del Fagiolaro, all'altezza del bivio tra l'abitato di Colfiorito e Forcatura , avviatevi sul percorso pedonale, parallelo alla strada per Forcatura, fino alla casa del Mollaro e all'adiacente Molinaccio / inghiottitoio. Proseguite poi sulla strada asfaltata fino al primo tornante. Qui girate a sinistra prendendo la carrareccia che, passata la fonte Fontaccia, scende alla palude dove c'è l'osservatorio avifauna. Proseguite a destra descrivendo un percorso a semicerchio, lungo il bordo della palude, ai margini del canneto. Incontrerete la garzaia (zona alberata per la nidificazione), un largo fosso con passerella e, poi, la casetta in legno utilizzata per l'inanellamento. Questo tratto di sentiero, dall'ossertvatorio avifauna alla casetta inanellamento, potrebbe non essere percorribile perché acquitrinoso per il variare del livello d'acqua della palude; nel caso tornate indietro o percorrete sentieri più esterni che arrivano sulla SS 77. Poco dopo la casetta girate a destra, sulla stradina di servizio, e poi a sinistra sul sentiero che, progressivamente, si avvicina alla statale. Girate a sinistra camminando sulla banchina percorribile, fino a tornare al Fagiolaro.

L’agricoltura degli Altopiani

Gli altopianani di Colfiorito non sono solo uno scrigno di biodiversità naturale, ma anche un luogo privilegiato per la coltivazione di numerose specialità agricole. Osservando il paesaggio è facile notare le tessere dei campi coltivati, con i loro colori che si trasformano durante l’arco dell’anno: verdi accesi in primavera, rossi e gialli sgargianti nel momento delle fioriture, tenui tinte pastello prima della raccolta. Nelle aree agricole che circondano la palude sono coltivati legumi, lenticchie, conosciute e apprezzate da sempre, ma anche cicerchie, fagioli e ceci. Ci sono poi numerose colture a cereali come frumento, orzo e soprattutto farro.
Infine un prodotto tipico molto apprezzato, che ha avuto anche il riconoscimento europeo IGP (Indicazione Geografica Protetta) la “Patata Rossa di Colfiorito” e uno dei prodotti d’eccellenza del territorio. Il territorio degli altopiani è anche ricco di pascoli che favoriscono l’attività zootecnica. La produzione di ottime carni, di latte e relativi trasformati completano il panorama dell’offerta agroalimentare ricca e varia.

La **Mostra mercato e Sagra della Patata Rossa di Colfiorito** si svolge ogni anno ad agosto dal 1977 a Colfiorito e rappresenta un importante veicolo promozionale dei prodotti tipici della montagna. È anche l'occasione per dibattere e approfondire gli aspetti culturali e economici degli Altipiani.

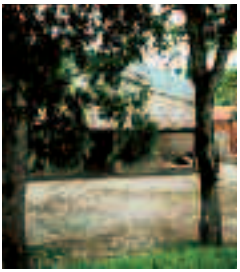
Sette giorni in montagna e sagra della lenticchia si svolge ogni anno dal 1981 in agosto ad Annifo. organizzata dalla pro loco per valorizzare le tradizioni gastronomiche e culturali del territorio

I santuari terapeutici

Negli Altipiani di Colfiorito e nelle zone limitrofe della montagna folignate e del sistema appenninico, si riscontra un grande numero di santuari di frontiera, così definiti perché collocati in quel territorio che, attraverso i secoli, è stato punto di congiunzione di aree geografiche e di collettività diverse. Sono luoghi di culto – chiese, cappelle, eremi, edicole – divenuti meta di pellegrinaggi annuali e, per questo, considerati santuari terapeutici.

Una delle mete più significative della devozione popolare è il **santuario di Santa Maria Giacobbe**, presso il Sasso di Pale, costruito dove la tradizione ritiene che la santa si sia ritirata in preghiera e in penitenza.
Il culto, diffuso da Foligno ai Piani di Colfiorito, fu probabilmente introdotto dai monaci orientali. È significativo notare che il luogo sacro ha costituito un vero e proprio santuario di frontiera fra le

comunità religiose del folignate e dell'area dei Plestini.
Nella Val Menotre è a Scopoli che si trovano due santuari terapeutici meta di processioni



devozionali: una in onore della **Madonna delle Grazie** raggiunge il piccolo centro di Rasiglia; l'altra ha come meta l'edicola dedicata alla **Madonna del Sasso**.
A Verchiano si tiene un'altra delle più importanti processioni devozionali. Nel giorno dell'Ascensione, il corteo raggiunge la **chiesa di San Salvatore** dove esiste un sarcofago che i documenti ecclesiastici dicono essere stato la tomba del beato Paoluccio Trinci.
Sempre a Verchiano pellegrinaggi si svolgono verso **San Lazzaro**, che fu in passato un lebbrosario e dove si trova una venerata statua della Madonna risalente al XIV secolo; a **Sant'Eurosia**, santa ritenuta protettrice dalle tempeste.

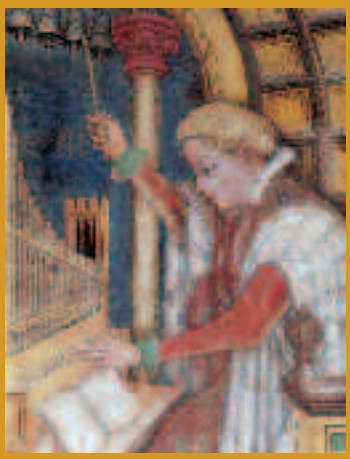
Lungo la valle del Chienti, al confine tra Umbria e Marche, sono i santuari della **Madonna di Valleverde** (presso Cesi), della **Madonna del Sasso** (presso San Martino) e della **Madonna di Mevale** (a Mevale).

GIOVANNI AGLIETTI

Nel territorio di Dignano sono altri due santuari terapeutici: la **chiesa di San Lorenzo**, ove il Crocifisso posto sull'altare è fatto oggetto di grande devozione popolare, e la chiesa di **Santa Maria di Plestia**, situata esattamente al confine tra le due regioni.
La comunità di Annifo fa capo a due santuari: quello di **San Pietro** e della **Madonna del Piano**.

Foligno

Le origini di Foligno risalgono all'epoca umbra preromana, essendo stata la città fondata dagli "Umbri Fulginates". La penetrazione romana avvenne poi con la realizzazione della via Flaminia. A partire dal XIV secolo fu sotto la signoria dei Trinci che abbellirono la città con monumenti e opere d'arte. Nel 1470 vi si sviluppò la stampa e la tipografia: qui nacque la prima edizione della *Divina Commedia*. A Foligno si tiene ogni anno, a giugno e a settembre, la **Giostra della "Quintana"**, un torneo cavalleresco tra i dieci rioni cittadini durante il quale i contendenti, a cavallo, devono infilare un anello tenuto da un simulacro ligneo. La manifestazione è affiancata da un ricco programma di eventi culturali. Inoltre, in ogni rione viene aperta una taverna ove si degustano i piatti tipici locali.



Da visitare: **PALAZZO TRINCI** con **Museo Archeologico** e **Pinacoteca, Sala Giuseppe Piermarini, Museo dell'istituzione comunale, Museo Multimediale dei Tornei, delle Giostre e dei Giochi; MUSEO DELLA STAMPA; CATTEDRALE DI SAN FELICIANO** e **Museo Capitolare Diocesano; ORATORIO DELLA NUNZIATELLA; AUDITORIUM SAN DOMENICO; CIAC Centro Italiano Arte Contemporanea; POLO MUSEALE Chiesa Santa Maria Infraportas, Chiesa Santa Maria di Betlem, Chiesa San Paolo**

Abbazia di Sassovivo

Nei dintorni della città si trova l'**abbazia di Sassovivo**, insediamento monastico dell'XI secolo, sede della omonima congregazione il cui chiostro è un vero gioiello architettonico.

Rasiglia

Il paese dei Mulini e dei Lanifici, costruito sull'acqua conserva l'astetto tipico del borgo mediovale umbro. Costituisce un raro esempio di conservazione di tutti gli elementi necessari alla produzione dei manufatti tessili, dalla tosatura alla realizzazione del prodotto finito.
Visite guidate a cura del'associazione "Rasiglia e le sue Sorgenti"
www.rasigliaelesuesorgenti.com

Pale

Le '**Grotte dell'Abbadessa**' o Grotte di Pale sono scavate nel travertino e poste alla base del Massiccio Calcareo del Monte di Pale. Sono divise in diverse cavità, con sezione tendenzialmente circolare ed un'altezza di 8-9 metri; dalla volta a forma di cupola pendono *stalattiti* e al centro sono presenti pilastri *stalagmitici*.
Le cascate dell'Altolina costituiscono un ulteriore elemento di grande interesse naturalistico e paesaggistico. Il percorso escursionistico si snoda lungo il fiume Menotre da Pale fino a Belfiore tra salti d'acqua e resti di antiche gualchiere, coprendo un dislivello di circa 150 metri.

Il servizio del Parco di Colfiorito, accreditato nella Rete Regionale INFEA come Centro Risorse, è a disposizione di scuole e cittadini per attività legate alla cultura della sostenibilità e alla educazione ambientale.

Strutture del Parco
Sede (*info point, sala convegni-video, biblioteca, laboratorio, servizi*) e **Museo naturalistico.**
La casa del "Mollaro"presso la palude, in cui sono posizionate una stazione per il rilevamento dati meteo e una webcam collegate al sito www.folignometeo.it

Centro di Educazione Ambientale (CEA)
Il servizio del Parco di Colfiorito, accreditato nella Rete Regionale INFEA , è a disposizione di scuole e cittadini per attività legate alla cultura della sostenibilità e all' educazione ambientale.
Il Parco di Colfiorito si propone di promuovere, attraverso la divulgazione scientifica, il rispetto e l'amore per il territorio, partendo dall'osservazione diretta e la conoscenza attiva.
Il CEA organizza visite guidate e itinerari didattici per le scuole di ogni ordine e grado e gruppi organizzati che ne fanno richiesta.

Le attività prevedono lo studio degli ecosistemi dell'area protetta e dell'interazione tra uomo e ambiente. Il territorio è utilizzato come luogo di insegnamento e di apprendimento, sollecitando l'osservazione e la riflessione sui fenomeni naturali e sulle trasformazioni ambientali e antropiche. Una parte propedeutica dell'attività didattica si svolge all'interno del Museo Naturalistico con approfondimenti sulla formazione dell'Appennino Umbro Marchigiano e la sua evoluzione geomorfologica e con l'osservazione ravvicinata degli insetti e gli altri animali delle collezioni naturalistiche.

L'attività di didattica ambientale può essere integrata presso:
il Laboratorio di scienze sperimentali di Foligno
www.labscienze.org

Aula verde "Omero Savina" di Pale
www.fievalleumbratrekking.it

Uno speciale ringraziamento va a
Soprintendenza Archeologica dell'Umbria
LIPU Umbria
CAI sezione di Foligno
FIE Valle Umbra Trekking Foligno
UNICAM
UNIPG
Comune di Serravalle di Chienti

La guida del Parco rappresenta una sintesi qualificata delle peculiarità dell'area naturalistica e degli altopiani Plestini.
Grazie all'allestimento del nuovo Museo Naturalistico, arricchimento operato dall'Amministrazione comunale di Foligno, ed al notevole impulso dato alle attività di educazione ambientale, si è reso necessario l'aggiornamento di questa preziosa guida.
Un ringraziamento particolare va al personale del Servizio Parco, ai ricercatori, ai fotografi e alle associazioni che collaborano ed incrementano il panorama ambientale-culturale offerto, al consigliere comunale delegato al Parco di Colfiorito Paolo Gubbini

© 2016 QUATTROEMME Srl
06135 Perugia

Aggiornamento curato dal
Servizio Parco di Colfiorito

Riguardo alle illustrazioni, la redazione si è curata della relativa autorizzazione degli aventi diritto. Nel caso che questi siano stati irreperibili.

Si resta a disposizione per regolare eventuali spettanze.
Le informazioni contenute in questa guida sono state aggiornate il più scrupolosamente possibile alla data della stampa. I dati presenti nelle cartine degli itinerari sono puramente indicativi.
L'Editore declina ogni responsabilità per qualsiasi conseguenza derivante dall'uso della presente guida.

COMUNE DI FOLIGNO

Servizio Parco di Colfiorito

Uffici
Corso Cavour 137 - 06034 Foligno (PG)
tel. 0742 350129 / 342184 - fax 0742 343804

Sede Parco
Area ex Casermette, via Adriatica
06034 Colfiorito (PG)
tel. e fax 0742 681011
www.parks.it/parco.colfiorito
parcocolfiorito@tiscali.it

Si raggiunge
da Terni **percorrendo la S.S. Flaminia fino a Foligno**
da Perugia **percorrendo la S.S. 75bis fino a Foligno**
da Foligno **percorrendo la S.S. 77/VAR. Val di Chienti**

Ufficio Informazioni Turistiche di Foligno
tel. **0742 354459/354165** - fax **0742 340545** - **info@iat.foligno.pg.it**

Ulteriori informazioni sul sito
www.comune.foligno.pg.it