

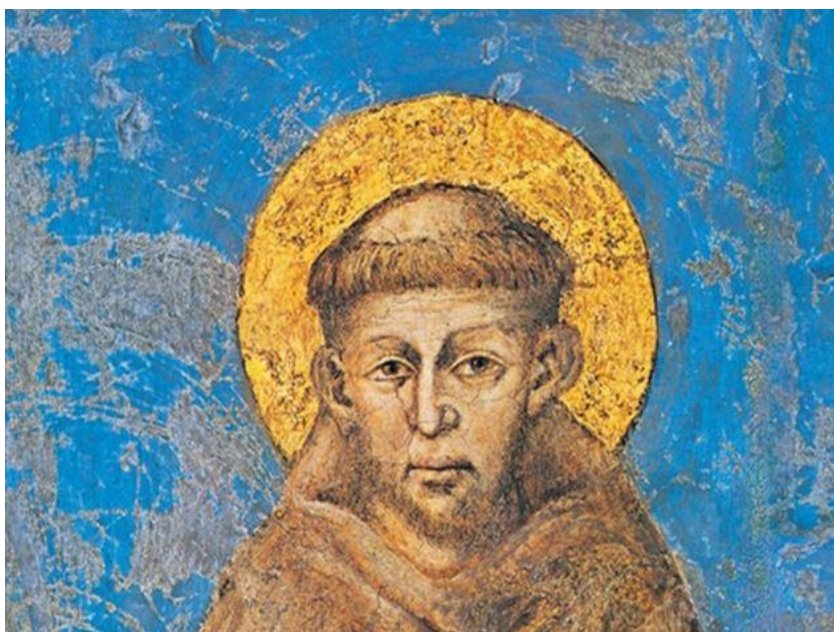


CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI MILANO
GRUPPO SENIORES – ...non solo sentieri
via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano - tel 02 86463516
grupposeniores@caimilano.eu - www.caimilano.eu



12/15 marzo 2026

SULLA VIA DI FRANCESCO **ASSISI**



L'ottavo centenario della morte di san Francesco ci invita a considerare la vita del santo che continua a portare frutto dopo 800 anni e a ispirare l'umanità intera sulla via della pace, della fraternità, del servizio agli ultimi, della gioia e della cura del creato. Lo scopriremo non soltanto attraverso luoghi e monumenti a lui cari ma immergendoci nella natura che tanto lui ha amato percorrendo due tappe tra le più significative del cammino a lui dedicato.

Programma

1 GIORNO GIOVEDI' 12.3 MILANO/ASSISI E VISITA ALLA CATTEDRALE DI SAN RUFFINO ALLA ROCCA MAGGIORE ED AL TEMPIO DI MINERVA

Ritrovo davanti alle biglietterie della Stazione Centrale ore 8.45

Partenza da Milano Centrale ore 9.10

arrivo a Firenze SMN 11.04

partenza da Firenze SMN 12.14

arrivo ad Assisi 14.46

Con un pullman privato si va in Albergo. Successivamente incontro con la guida e visita della Cattedrale di san Ruffino della Piazza del comune e della Chiesa di Santa Maria sopra Minerva.

La Cattedrale di San Rufino è uno degli esempi più significativi di architettura romanica in Umbria. L'edificio primitivo, dimora delle spoglie del Santo martire, secondo la tradizione risale all'VIII secolo; nel 1029 il vescovo Ugone decise di ampliare la costruzione conferendole il titolo di cattedrale. Nel XII secolo i canonici vollero innalzare una chiesa di dimensioni maggiori in una posizione retrostante rispetto all'originaria, in modo da ottenere uno spazio per il sagrato. Pertanto, la basilica ugoniana fu demolita e ricostruita, salvando soltanto la cripta, il chiostro interno e una parte della torre campanaria. I lavori furono affidati a Giovanni da Gubbio e terminarono soltanto nel 1253, quando Papa Innocenzo IV la consacrò. Nel 1541 l'architetto perugino Galeazzo Alessi fu chiamato a restaurare il complesso monumentale, che versava in cattivo stato di conservazione. L'architetto ne modificò completamente l'interno in forme rinascimentali e realizzò l'imponente cupola sopra la zona presbiterale. La facciata è riccamente decorata da elementi vegetali, figure animali e antropomorfe, e si divide in tre parti: in basso si aprono i portali, nella fascia mediana i rosoni, di cui quello centrale, più grande, è sostenuto da telamoni ed è circondato dai simboli degli Evangelisti, mentre i due laterali, di dimensioni minori, sono affiancati da statue. In alto, infine, il timpano presenta un arco ogivale, in passato probabilmente impreziosito da un mosaico. Accedendo all'interno della Basilica, si può ammirare sulla sinistra una cisterna romana del II secolo a.C. e una parte del muro di terrazzamento sopra il quale si innalzava il tempio della Bona Mater. Sul lato opposto è collocato il fonte battesimale dove secondo la leggenda Francesco e Chiara ricevettero il sacramento; proseguendo lungo la navata di destra si trovano la Cappella del Sacramento e, più avanti, l'altare sovrastato dalla tavola dipinta da Dono Doni raffigurante Cristo in gloria tra santi. Il pittore assisiense realizzò anche la Crocifissione e la Deposizione, collocate sopra i due altari ubicati nella zona presbiterale ed eseguiti nel 1563. La Piazza del Comune di Assisi è un importante centro politico, sociale e culturale, costruito su un antico Foro Romano. Si possono ammirare edifici storici come la facciata del tempio di Minerva (ora chiesa di Santa Maria), la Torre del Popolo, il Palazzo del Popolo e la Fontana dei Tre Leoni. Il cosiddetto Tempio di Minerva fu costruito nella seconda metà del I secolo a.C. La facciata è sorprendentemente ben conservata nello stato originale; le sei colonne scanalate sono sormontate da un fine capitello in puro stile corinzio e poggiano su dei plinti che, per mancanza di spazio, sono collocati sulla scalinata che si inoltra nel pronao. In età medievale l'antico tempio fu trasformato in chiesa cristiana. Nel 1212 l'abate di San Benedetto al Subasio cedette ai consoli del Comune il "casalino" di San Donato, cioè la cella del tempio, mantenendo l'uso delle camere costruite tra le colonne. La cella diventò prima residenza dei magistrati cittadini, poi sede del Comune e infine carcere. Nel 1228 il Comune acquistò alcune case antistanti il tempio per ampliare la piazza. Nella stessa occasione fu liberato il vestibolo tra le colonne, che diventò la sede dell'arengo. Soltanto nel 1456 l'edificio tornò alla primitiva destinazione religiosa. Nel 1539 venne sfondata la cella a pianta rettangolare per costruire la Chiesa di Santa Maria sopra Minerva, ulteriormente modificata in stile barocco nel XVII secolo. Per Johann Wolfgang von Goethe, durante il suo viaggio in Italia nel 1786, questo fu il primo monumento integro dell'antichità che avesse visto e ne restò entusiasta. Al termine della visita in albergo sistemazione nelle camere cena e pernottamento

2 GIORNO VENERDI' 13.3.2026 CAMMINO DI FRANCESCO VAL FABBRICA-ASSISI E VISITA DELLA BASILICA DI SAN FRANCESCO

Avvertenza: l'escursione non presenta alcuna difficoltà tecnica ma è impegnativa dal punto di vista della fatica per il dislivello da affrontare dovuto ai numerosi saliscendi da affrontare. Si lascia alla singola responsabilità partecipare all'escursione consapevoli che chi non ce la dovesse fare nel corso del cammino può creare problemi alla guida e al gruppo stesso non essendoci possibilità da parte del pullman di venire a recuperare

Prima colazione in hotel. E trasferimento in bus privato in direzione Valfabbrica dove inizia la tappa di san Francesco verso Assisi. Inizio della Camminata con la guida. Si inizia con una leggera salita per poi affrontare due brevi strappi piuttosto ripidi per superare i crinali che separano Valfabbrica dalla valle di Assisi. Si raggiunge poi Pieve San Niccolò dove ci sono delle panche per una breve sosta. Si inizia poi a scendere e all'improvviso si inizia a scorgere il Sacro Convento con la Basilica di San Francesco e la città di Assisi. In prossimità di un capannone inizia una discesa dal fondo acciottolato (BISOGNA PRESTARE MASSIMA ATTENZIONE!!!), il paesaggio è incorniciato da olivi e vigneti. Inizia qua un saliscendi fino ad incontrare una piccola area dedicata alla devozione a San Pio da Pietralcina abbellita dalla gente con fiori e candele. Inizio della strada asfaltata, si prosegue fino al Ponte de Galli e alla Chiesa di Santa Cr Assisi dalla Porta di san Giacomo dalla quale i pellegrini uscivano dalla città per recarsi a Santiago di Compostela. Superata l'antica porta si arriva alla Basilica di San Francesco dove si effettuerà la visita per ammirare le reliquie del santo esposte straordinariamente.

Pranzo libero in corso di escursione

per chi non fa l'escursione a piedi

tempo libero ad Assisi. Incontro con la guida e con chi fa l'escursione a piedi ad un'ora da stabilire presumibilmente a Porta san Giacomo per poi andare tutti insieme in Basilica.

Distanza: 14 km. Dislivello in salita: 660 m Dislivello in discesa 590 m. Tempo 5h

Visiteremo la Basilica uno dei luoghi più conosciuti e visitati. Si compone di due chiese sovrapposte: la basilica inferiore e la basilica superiore. La prima fu edificata nel 1228, due anni dopo la morte di Francesco, per conservarne i resti mortali e fu innalzata a Colle dell'Inferno, luogo che secondo tradizione era adibito all'esecuzione delle pene capitali. Francesco morì nella Cappella del Transito, presso la Porziuncola, il suo corpo fu portato in processione solenne alla Chiesa di San Giorgio dove rimase fino al 1230, anno in cui la Chiesa di San Francesco fu ultimata e pronta ad accogliere la sua tomba. Si accede alla basilica inferiore da una grande piazza delimitata da un ampio portico quattrocentesco; l'interno presenta una pianta a croce latina, dalle pareti affrescate a opera di alcuni dei più importanti artisti dell'arte italiana dei secoli XIII e XIV. Spiccano i nomi di Cimabue, autore della Madonna col Bambino e san Francesco, nel transetto; Giotto, artefice delle decorazioni della Cappella della Maddalena, del transetto destro e della volta sopra l'altare maggiore; Simone Martini, che affrescò la Cappella di San Martino, e Pietro Lorenzetti, che dipinse il braccio sinistro del transetto. Dalla chiesa si scende nella cripta, edificata nel 1818, il luogo più sacro di tutto il complesso; le attuali forme neogotiche sono frutto del restauro eseguito dall'architetto Ugo Tarchi negli anni Venti del Novecento. Sopra l'altare è collocata l'urna in pietra che conserva le spoglie del Santo; accanto, la lampada votiva alimentata con l'olio che viene donato ogni anno alla basilica da una diversa regione d'Italia; dietro le tombe dei compagni di Francesco: Rufino, Angelo, Masseo e Leone. La basilica superiore, eseguita tra il 1230 e il 1253, era destinata alle celebrazioni solenni; l'interno, a una sola navata, è illuminato da grandi vetrate istoriate ed è interamente decorato da affreschi. Degni di nota sono in particolare quelli di Cimabue nel transetto, i ventotto Episodi della vita di Francesco dipinti da Giotto e le Storie del Vecchio e del Nuovo Testamento nel registro superiore della navata. La semplice facciata a capanna è impreziosita da un portale gotico e da uno splendido rosone. Se sarà possibile potremo sostare davanti alle reliquie del santo esposte.

Rientro a piedi in albergo cena e pernottamento

3 GIORNO SABATO 14.3.2026 CAMMINO DI FRANCESCO ASSISI-SPELLO GIRO PER SPELLO E VISITA SANTA MARIA DEGLI ANGELI

Avvertenza: l'escursione non presenta alcuna difficoltà tecnica ma è impegnativa Si lascia alla singola responsabilità partecipare all'escursione consapevoli che chi non ce la dovesse fare nel corso del cammino può creare problemi alla guida e al gruppo stesso

Prima colazione in hotel. Incontro con la guida. Partenza da Piazza del Comune in direzione Spello. Attraverso corso Mazzini si giunge a Santa Chiara. Breve visita. La basilica costruita con la tipica pietra bianca e rosa del Monte Subasio fu innalzata nel 1257 sopra un edificio precedente, la Chiesa di San Giorgio, al cui interno furono sepolti per un periodo di tempo i corpi di Francesco e di Chiara. La facciata a capanna si divide in tre parti: nel registro inferiore si apre la porta d'accesso, al centro domina il prezioso rosone e in alto, in perfetta simmetria, si trova l'oculo, un'apertura di forma circolare. A sinistra la struttura fu rinforzata nel XIV secolo da tre archi rampanti, mentre quelli del fianco destro sono celati all'interno della struttura del monastero. La Basilica presenta una pianta a croce latina e in origine le pareti erano interamente ricoperte da affreschi. Oggi rimangono quelli della zona presbiterale: nel braccio sinistro del transetto si possono ammirare le Storie della Genesi di un artista del XIII secolo, a destra il Giudizio, le Storie dell'infanzia di Cristo e la morte e i funerali di Chiara del Maestro Espressionista di San Francesco, identificato con molta probabilità in Palmerino di Guido. Lo stesso artista dipinse le vele della volta sopra l'altare maggiore con la Madonna col Bambino e Sante. Il crocifisso che spicca sopra la mensa fu eseguito nella seconda metà del XIII secolo dal cosiddetto Maestro di Santa Chiara per volere della badessa Benedetta che successe alla Santa; la beata compare raffigurata ai piedi di Cristo. Il Maestro realizzò anche la tavola con l'immagine di santa Chiara circondata da otto episodi della sua vita. Lungo la navata destra si trova la Cappella del Crocifisso, un luogo destinato alla preghiera e alla devozione; molte persone si recano in questo ambiente ad ammirare il crocifisso originario, che secondo la tradizione parlò a Francesco in San Damiano. La croce fu dipinta nel XII secolo con l'iconografia del Christus triumphans e il nome dell'autore è sconosciuto. La cappella fu decorata da affreschi nel XIV secolo realizzati da Puccio Capanna, da Pace di Bartolo e da un pittore locale. Dalla navata si scende nella cripta neogotica del XIX secolo, dove sono conservate le reliquie che appartennero a Francesco e a Chiara e le spoglie della Santa. Si continua fino ad uscire dalle mura attraverso porta Nuova. Si prosegue in lieve discesa per poi proseguire in forte salita in corrispondenza di un'edicola contenente una piccola grotta di Lourdes. Si prosegue poi in strade sterrate e asfaltate, spesso in forte discesa. Si entra in Spello da Porta Montanara.

Pranzo libero in corso di escursione

Distanza: 13,5 chilometri. Dislivello in salita: 340 m dislivello in discesa 450 m. Tempo 3.30

per chi non fa l'escursione a piedi

Con il pullman va a Spello. Tempo libero. Incontro con la guida e con chi fa l'escursione a piedi ad un'ora da stabilire per vedere insieme la Cappella Baglioni.

A Spello andremo a visitare la Chiesa di santa Maria Maggiore. Fondata nell'XI-XII, presenta una facciata risalente al 1644 realizzata in occasione dell'ampliamento dell'edificio. Da notare l'architrave, gli stipiti con bel fregio e girali d'acanto del portale, opera di lapicidi attivi tra i secc. XII-XIII tra Foligno e Bevagna e in parte attribuibili a maestranze spoletine. La chiesa è divisa in due parti: a destra è posto il palazzo priorale che oggi è abitato dal parroco e a sinistra il Palazzo dei Canonici (del 1522) oggi sede della Pinacoteca Civica di Spello. La chiesa è a croce latina e presenta una navata con copertura a crociera. Nella seconda metà del XVII è stata corredata di ben sette altari e di una ricca decorazione a stucco. Sugli altari, numerose opere ascrivibili al sec. XVII. A destra dell'ingresso, altare marmoreo di Gaio Titieno Flacco (oggi utilizzato come acquasantiera) già presente in Santa Maria Maggiore dal XV secolo, accanto battistero in marmo, a forma di pisside, opera di Gasparino da Val di Lugano (1509-1511). Lungo la parete sinistra si apre dopo l'altare, la Cappella Baglioni, commissionata nel 1500 da Troilo Baglioni all'artista Bernardino di Betto detto il Pinturicchio. Presenta un pavimento ricco di decorazioni maiolicate di Deruta del 1566. La cappella è interamente decorata ad affresco dall'artista, a partire dalle vele della volta con le sibille Tiburtina, Eritrea, Europea, Samia sedute in trono; alla

parete sinistra, l'Annunciazione con autoritratto e firma dell'artista. Alla parete di fondo, Adorazione dei pastori e arrivo dei Magi, alla parete destra, Disputa tra i dottori nel Tempio. Sempre lungo la parete sinistra da notare il pulpito rinascimentale in pietra arenaria di Simone da Campione (1545). L'altare maggiore coperto dal ciborio (o tribuna) in pietra caciolfa di Rocco di Tommaso da Vicenza (1515). Nei tondi; otto teste in terracotta di Giandomenico da Carrara: Profeti (1562). Ai pilastri che fiancheggiano l'abside due opere di Pietro Vannucci detto il Perugino, a sinistra Pietà, San Giovanni Evangelista, e la Maddalena, asportato da sede ignota (opera datata 1521) e a destra Madonna con Bambino, Santa Caterina d'Alessandria e San Biagio, asportato da sede ignota (opera datata 1521).

Al termine della visita rientro in Hotel ad Assisi. Cena e pernottamento in Hotel

4 GIORNO DOMENICA 15.3.2026 ESCURSIONE A PIEDI ALL'EREMO DELLE CARCERI ASSISI/MILANO

Prima colazione in hotel e check out.

Incontro con la guida e inizio dell'escursione. Il cammino da Assisi all'Eremo delle Carceri è un'itinerario escursionistico di difficoltà media che si snoda sul Monte Subasio. Si parte dalla Rocca Minore. Realizzata con pietra calcarea del Monte Subasio è stata innalzata sul versante orientale della città per difenderla dagli attacchi provenienti da monte. In origine era collegata alla Rocca Maggiore da una cinta muraria. È conosciuta dagli abitanti di Assisi come "rocchicciola" e fu chiamata anche Cassero di Sant'Antonio, nome che proviene dalla porta e dalla chiesa prospicienti, un tempo entrambe intitolate a Sant'Antonio. La struttura si compone di un cassero, ovvero il nucleo centrale dell'edificio, chiuso da mura con feritoie; di una torre alta circa 32 metri, suddivisa in più piani, e di una piccola cappella (intitolata al Crocifisso) risalente al XV secolo. Questa conserva al suo interno un affresco raffigurante Cristo in croce tra la Vergine e san Giovanni dipinta da Matteo da Gualdo nel 1456. Il piano di calpestio rimane prevalentemente alla stessa quota; nel cortile si trovavano alcuni ambienti di uso quotidiano: il forno, il camino, la cucina, la stalla, la cisterna e un ponte levatoio. Nel 1450 la fortezza subì gravi danni, a seguito del saccheggio operato in città dalla compagnia di ventura di Niccolò Piccinino e a partire dalla seconda metà del Cinquecento iniziò a vivere una fase di abbandono. Il complesso fu sottoposto a periodici interventi di restauro, a partire dal 1877, quando fu acquistato dal Comune. Si segue il sentiero nr 50 per circa 2 km di salita, si raggiunge la Fonte san Rufino e poi la strada asfaltata che conduce all'eremo.

Distanza: 4 chilometri. Dislivello in salita 450 m. Tempo 1.30

Al termine della visita facciamo ritorno in Assisi con bus privato.

L'Eremo delle Carceri è immerso nel verde del bosco di lecci, circondato da una serie di cavità naturali utilizzate come rifugio dagli eremiti. Al tempo di Francesco era limitato a una piccola cappella dove il Santo si ritirava con i suoi primi compagni, alla ricerca del silenzio e della contemplazione. Il posto, isolato e austero, nel corso del Trecento fu concesso ufficialmente ai francescani; tra il 1370 e il 1373, Paoluccio Trinci vi fece costruire le prime celle attorno alla Chiesa di Santa Maria. L'attuale convento è frutto degli ampliamenti apportati da san Bernardino da Siena nel XV secolo, come attesta il monogramma presente sopra la porta d'ingresso al refettorio. Questo è decorato da un affresco raffigurante l'Ultima cena della fine del XVI secolo. Nel refettorio, inoltre, sono disposti alcuni semplici tavoli del 1400 e da qui si procede al piano superiore dove si sviluppa il dormitorio con le celle dei frati. Il chiostro, di pianta triangolare a strapiombo sul fosso, è dominato da due pozzi e lateralmente si accede al convento e alla chiesa dedicata a Maria. Uscendo nel chiostro si entra nella Cappella di San Bernardino, che conserva sopra l'altare la Crocifissione e san Francesco della seconda metà del 1400. Accanto, nella cappella antica, si può ammirare sulla parete d'altare la Madonna col Bambino del 1506 di Tiberio di Assisi. A sinistra è ubicato il coro, con gli stalli in legno che risalgono al periodo di san Bernardino; a destra invece c'è una stretta scalinata che scende nella grotta di Francesco, divisa in due ambienti. In un vano è posto il letto in pietra di Francesco e nell'altro la celletta dove il Santo era solito predicare e meditare.

pranzo libero

Si rientra in Hotel per il ritiro bagagli e con il pullman privato si va verso la stazione per far rientro a Milano.

Assisi 15.12

Firenze SMN 18.00

Firenze SMN 18.55

Milano Cle 20.50

ATTENZIONE IN CASO DI MALTEMPO IL PROGRAMMA POTREBBE SUBIRE MODIFICHE

Quota individuale di partecipazione

Soci CAI + GS Euro 760

non soci CAI Euro 796

supplemento singola (solo 3) : Euro 100

scadenza iscrizioni 10.12.2025

Pagamento

Acconto di € 200 per persona

saldo di € 560 per persona e di € 660 per persona per chi ha preso la singola da farsi entro il 12 febbraio 2026

Per l'acconto occorre venire in sede martedì dal 2 fino al 9.12.2025 compreso perchè va compilato il modulo di accettazione delle condizioni contrattuali che va fatto all'atto dell'iscrizione. Si paga con bancomat direttamente alla Signora Carla dopo aver preso il biglietto.

All'atto dell'iscrizione ogni partecipante dovrà fornire i seguenti dati via Whatsup a Camatini per la polizza annullamento inclusa nel prezzo

NOME COGNOME – VIA CAP CITTA' – LUOGO DI NASCITA – DATA DI NASCITA

Portare fotocopia del documento d'identità

Per il saldo fare il bonifico al CAI milano IT49H0326801603000858480940 indicando nella causale nome e cognome saldo del trekking Sulla via di Francesco 12-15.3.2026.

Ricordo che la polizza annullamento copre, per motivi seri documentati, l'intera somma versata logicamente detratta dalle penali previste. Pertanto a chi si ritira prima di aver effettuato il saldo non verrà restituita la somma versata come acconto salvo che abbia trovato una persona che lo possa sostituire

La quota comprende:

Treno ad alta velocità Milano/Firenze a/r e interregionale Firenze a/r sistemazione in camere standard Hotel ¾ stelle ad Assisi -trattamento mezza pensione con acqua e vino ai pasti -visite guidate ed ingressi come da programma, bus privato per tutta la durata del tour Assicurazione medico bagaglio e contro annullamenti con le restrizioni previste dalla polizza.

La quota non comprende:

Tassa di soggiorno da pagare in loco, mance, pranzi e bevande non indicate nella quota comprende, ingressi non previsti dal programma (supplemento a parte), extra e tutto quanto non specificato alla voce "la quota comprende".

L'iniziativa si effettua al raggiungimento di minimo 20 persone fino ad un massimo di 30 persone

S'intende iscritto chi ha versato la caparra di iscrizione richiesta e sottoscritto il modulo di accettazione delle condizioni contrattuali

Organizzazione tecnica ETLI SIND MILANO

penalità di annullamento

A coloro che dovessero annullare prima della partenza, al di fuori delle ipotesi previste dalle normative vigenti, Etlisind addebiterà seguenti le penali a seconda del numero dei giorni che mancano alla data di partenza (non incluso quello di recesso) in cui viene comunicato l'annullamento:

- a) 10% della quota totale di partecipazione fino a 30 giorni lavorativi prima della partenza
- b) 30% della quota totale di partecipazione da 29 a 20 giorni lavorativi prima della partenza
- c) 50% della quota totale di partecipazione da 19 a 10 giorni lavorativi prima della partenza
- d) 75% della quota totale di partecipazione da 9 a 4 giorni lavorativi prima della partenza
- e) Dopo tale termine la penale sarà pari all'intero valore del pacchetto

NB) le medesime somme dovranno essere corrisposte da chi non potesse effettuare il viaggio per mancanza o irregolarità dei documenti personali. Nel caso di pacchetti di viaggio con voli di linea e, low cost e treni ,le penali di annullamento potrebbero corrispondere all'intera quota del biglietto aereo

coordinatore Ferdinando Camatini 348 7402566

Ciascun partecipante alla gita, con l'atto stesso della iscrizione, si dichiara consapevole delle difficoltà che comporta la gita e si assume la responsabilità, nei confronti propri e degli altri partecipanti, di aver valutato che le proprie capacità e la propria attrezzatura sono adeguate per la partecipazione. In caso di incidente, nessuna responsabilità può essere attribuita al Coordinatore ed ai suoi eventuali coadiutori, al Gruppo Seniores, alla Sezione di Milano ed al Club Alpino Italiano, per danni che possono verificarsi a persone che partecipano, a terzi, ad animali e materiali