



## **C.A. I. – Club Alpino Italiano - FOGGIA**

**Via Francigena – Micaelica**

**Stignano – San Matteo**

**15.05. 2022**

**Difficolta' E**

**Quota massima: m. 878**

**Dislivello: m. 612**

**Sviluppo del percorso km: 12 ca**

**Durata ore: 5, escluse le soste**

**Equipaggiamento: a cipolla**

**Colazione: a sacco**

**Acqua: lt 2**

**Mezzi di trasporto: auto propria**

**Appuntamento: 8.00 (davanti al Caffè dell'Alba)**

**Rientro previsto a Foggia: tardo pomeriggio**

**Distanza luogo escursione da Foggia km: 40**

**Direttori: Renzo Infante (3200151188) – Antonio Fischetti ()**

### **DESCRIZIONE**

Con le auto si raggiunge il Convento di San Matteo, dove si lasciano alcune macchine, e si prosegue poi per il convento di Stignano (265 m.), punto di partenza dell'escursione. Il percorso, prima in lieve salita, si incunea nel Vallone della Cisternola, alle spalle del convento di Stignano, per giungere all'altopiano della Trinità (580 m.). Si continua a salire fino a raggiungere la località "Sambuchello", dove si prosegue per circa un km su strada asfaltata. Superata la provinciale San Marco – Sannicandro, si prosegue fino a Coppa Mastro Stefano per giungere poi alla Piscina Treppiedi (863 m.). In base al tempo disponibile i direttori sceglieranno se imboccare subito il sentiero Fayarama, oppure proseguire fino alla caserma Cutinelli e dopo aver toccato la base Scout arrivare al convento di San Matteo per un percorso inedito.

Percorso impegnativo soprattutto nella prima parte per il dislivello (612 m), poi più semplice perché in piano o in leggera discesa. Si tratta probabilmente della tappa più impegnativa (anche se la si accorcia un po') e più bella paesaggisticamente oltre che culturalmente più ricca dell'intero percorso micaelico.

### **A V V E R T E N Z E**

a) I direttori di escursione si riservano di modificare in tutto o in parte l'itinerario in considerazione delle

condizioni meteorologiche.

**b)** Gli accompagnatori per la loro responsabilità si riservano di escludere dalla propria escursione i partecipanti non adeguatamente attrezzati e allenati.

**CONDIZIONI FISICHE:**

Si richiede buona preparazione fisica e senso di responsabilità a ciascuno dei partecipanti (si rimanda al Regolamento escursionistico CAI Foggia a pag. 31 del libretto sociale 2022)