

PIAZZA MANIAGO – CASTELLO – VALPICCOLA – SAN ANTONIO

Lunghezza: 11,3 km
Distanza effettiva: 18,5 km-sforzo
Salita: 719 metri
Discesa: 719 metri
Dislivello totale: 1438 metri

Pendenza massima in salita: 18%
Pendenza massima in discesa: -20%
Altitudine minima: 284 mslm
Altitudine massima: 644 mslm
Difficoltà (sentiero): escursionistico tipo E

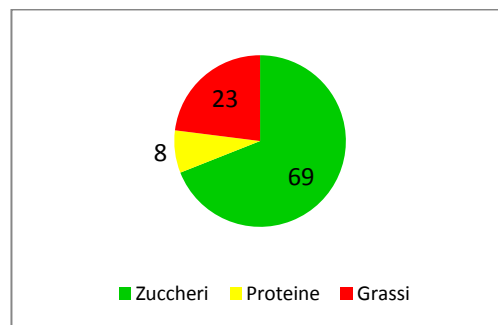
Descrizione generale: percorso che si snoda sulla strada per il Castello e per Valpiccola, da cui prosegue su sentiero fino alla chiesetta di San Antonio. Storicamente interessante perché passa lungo un tratto della valle che sale a forcina Croce che fino al 1906 è stata la più importante via di collegamento tra la Valcellina e la pianura. In discesa si possono ammirare bellissimi tratti panoramici sul Cellina e su Montereale.

	Difficoltà	Percorrenza	Tempo	Calorie (persona di 70kg)	Grammi di gnocchi burro e salvia
Cammino	Media	Sedentario medio (<i>3kmb</i>)	3h 46' 00"	530 kcal	226 g
		In forma (<i>4kmb</i>)	2h 49' 30"	590 kcal	252 g
		Sportivo (<i>5kmb</i>)	2h 15' 36"	718 kcal	307 g
Corsa	Alta	Attivo (<i>6kmb</i>)	1h 53' 00"	1000 kcal	427 g
		In forma (<i>9kmb</i>)	1h 16' 20"	1000 kcal	427 g
		Sportivo (<i>12kmb</i>)	56' 30"	1000 kcal	427 g
Mountain bike	Non percorribile				

EQUIVALENZA ALIMENTARE

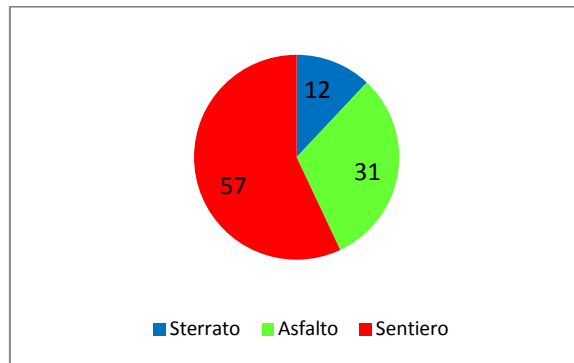


Calorie e composizione alimentare (% dei nutrienti)
 “gnocchetti di patate burro e salvia”
100g = 234 kcal

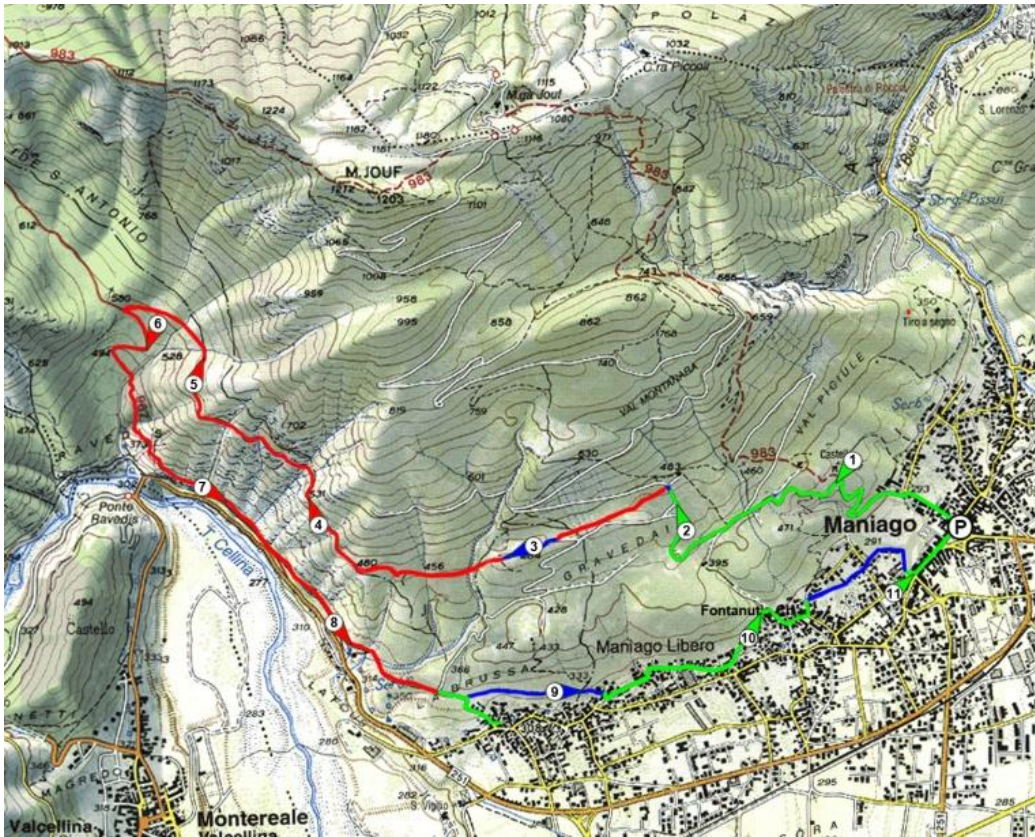


TIPO DI PERCORSO

	Asfalto	Strada sterrata	Sentiero
%	31%	12%	57%



MAPPA



Partenza: Piazza Italia, Maniago

ALTIMETRIA



DESCRIZIONE

Dall'angolo a Nord di Piazza Italia sali lungo via Castello per 250 metri (5%) costeggiando la cinta muraria fino ad individuare sulla sinistra della chiesetta della SS Trinità un arco in pietra da cui inizia la strada che sale in direzione del Castello, che raggiungerai dopo 500 metri. Il tratto di salita per arrivare al Castello è breve ma impegnativo (16%) però ti gratificherà dalle fatiche con un bel panorama aereo sulla piazza di Maniago.

Procedi sempre sulla strada asfaltata (*curiosità: 600 metri dopo il Castello c'è un incrocio di sentieri nei pressi di una panchina in legno, quello di sx scende verso Maniago, mentre a dx inizia il sentiero CAI 983 che si dirige al Clap e poi fino in cima al monte Jouv*) fino ad arrivare ad un bivio nei pressi di un capitello (*sei nella cosiddetta "Valpiccola"*) e quindi prendi la strada sterrata di fronte a te che conduce fino a Malga Jouv (*la strada asfaltata di sx invece scende vs Maniagolibero per 2,5km*).

Dopo 100 metri dall'inizio della sterrata, poco prima della curva che ruota a sinistra, incrocerai un sentiero segnato con segnavia **CAI 899** (*Frassati*) su cui ti immetterai seguendo i segnavia dello stesso **CAI 899**.

Dopo circa 1,5 km ti troverai nel tratto più impegnativo e panoramico del percorso che si conclude dopo altri 1,5 km nei pressi di un bivio in cui andrai in discesa a sinistra (*la traccia di destra/dritta continua invece verso forcella Croce*).

Scendendo per 500 metri (-8%) giungerai alla particolare e storica chiesetta di San Antonio. Ti troverai di fronte due sentieri: uno che va in salita (*si dirige a forcella Croce*) ed uno in discesa diretto verso Maniagolibero: prendi quello in discesa, è un tratto lastricato da pietre un po' sconnesse (*fino a prima del 1904 costituiva la principale via d'accesso alla Valcellina. Nota i solchi lasciati sulle pietre dalle slitte delle sedonere che nella bella stagione scendevano in pianura a vendere i prodotti lignei realizzati d'inverno*).

Segui il sentiero che è diretto a Maniagolibero (*la discesa è molto bella e si affianca alla diga di Ravedis*) poi procedi una decina di metri in parallelo e sopra la strada provinciale fino ad incontrare nuovamente la strada asfaltata della Valpiccola.

Scendi quindi a destra per 120 metri fino ad incrociare nei pressi della prima curva verso destra un ampio sentiero su cui girerai passando dietro e sopra l'abitato di Maniagolibero (*per circa 900 metri*).

Il sentiero si conclude su un breve tratto asfaltato che termina in via Gorizia: all'incrocio tieniti a sinistra e segui via Mazzoli Chiasais per 390 metri, fino ad individuare sulla sinistra via Andreuzzi (*è un po' nascosta ed un tratto è sterrato*) che percorrerai fino alla chiesetta delle Fontanutis. Da qui riprendi il breve tratto di asfalto che si conclude all'incrocio con via Selva. All'incrocio gira a sinistra, prosegui per 90 metri e poi gira nuovamente su una stradina a fondo cieco: poco prima della fine dell'asfalto, puoi individuare sulla dx tra le case una traccia di un sentiero un po' nascosto. Inoltrati lungo il sentiero per 250 metri, uscirai su una strada asfaltata, via Mazzoli Taic. Prosegui quindi dritto per 20 metri fino a via San Carlo costeggiando la cinta muraria della Centa dei Conti per 300 metri.

Arriverai così in una piazzetta con fontana a lato del parco cittadino da cui proseguirai a sinistra su via Umberto I in direzione di Piazza Italia (*da cui sei partito*), che troverai alla fine della via.