



Servizio Turistico Associato
Compendio Turistico della Valnerina

Comuni di: CASCIA - CERRETO DI SPOLETO
MONTELEONE DI SPOLETO - NORCIA
POGGIODOMO - PRECI - SANT'ANATOLIA DI NARCO
SCHEGGINO - VALLO DI NERA

Benvenuti in Valnerina

Benvenuti nella Valnerina, una lunga valle di 70 chilometri, che gode dell'ampio abbraccio di decine di altre rasserrenanti valli, e delle trasparenti carezze di torrenti vivaci, che scendono sui bei fianchi di verdissime montagne. Immagine semplicemente mistica e splendidamente terrena della forza della natura, che, attraverso le acque del fiume Nera, ha forgiato tra i boschi un territorio che gli uomini - riconoscenti per tanta bellezza - hanno voluto chiamare Valnerina, in suo onore. E gli uomini, fin dalla più remota preistoria, hanno caparbiamente abitato queste terre diffidenti, ma generose con chi le ama, e hanno partecipato, in stretto accordo con la natura, alla costruzione di paesaggio di simbiosi ideale fra natura e cultura. I quindicimila abitanti dei trecento chilometri quadrati della Valnerina, privilegiano la vita in piccole comunità, orgogliosi di consegnare al presente una terra sana, ricca di storia e sapori, dove contano ancora valori autentici e sacri, come l'amicizia e l'ospitalità.



Welcome to Valnerina, a 70 kilometrelong valley enjoying the wide embrace of tens of other peaceful valleys and the transparent caresses of lively torrents that rush down the gentle slopes of vivid green mountains. This simply mystical yet wonderfully earthy image has been forged by Mother Nature through the River Nera, creating an area between the woods that men - in appreciation of such beauty - have called Valnerina in honour of the river. Since earliest pre-history, man has tenaciously lived in these wary lands that are, however, generous with those who love them. In close collaboration with nature, man has worked towards creating a landscape with an ideal symbiosis between nature and culture. The 15,000 inhabitants of the Valnerina's 300 square kilometres foster life in the small communities. They are proud of today's healthy and, rich with history and flavours, where authentic and sacred values such as friendship and hospitality are still considered.

Come arrivare / How to arrive

IN AEREO / BY PLANE

Aeroporto Regionale di Sant'Egidio
Info ☎ 075.592141
Aeroporto Internazionale L. da Vinci di Fiumicino - Roma ☎ 06.65951 (collegamenti giornalieri con pullman da Roma Tiburtina per Cascia e Norcia)

IN AUTO / BY CAR

Autostrade
Uscite Caselli A1 - Orte, Valdichiana
Uscite Caselli A14 - Civitanova Marche, S. Benedetto del Tronto

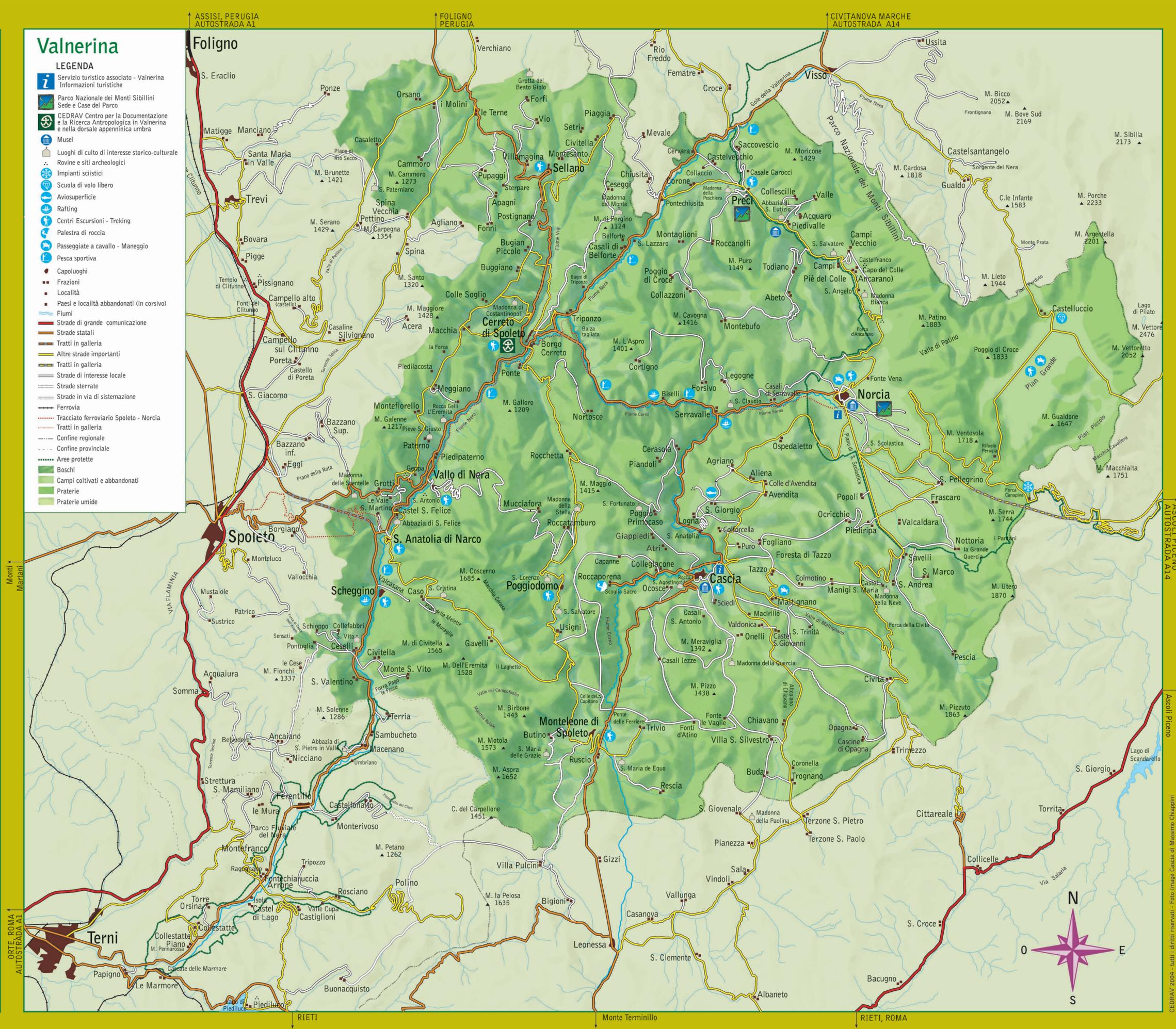
IN TRENO / BY TRAIN

Linea ROMA-ANCONA
Linea ROMA-FIRENZE (Stazione di Spoleto)
(Collegamenti giornalieri con pullman da Spoleto per Cascia e Norcia)
Società Spoletina Trasporti S.p.A.
Info ☎ 074.212205



Valnerina

- LEGENDA**
- Servizio turistico associato - Valnerina
Informazioni turistiche
 - Parco Nazionale dei Monti Sibillini
Sede e Case del Parco
 - CEDRAV Centro per la Documentazione e la Ricerca Antropologica in Valnerina e nella dorsale appenninica umbra
 - Musei
 - Luoghi di culto di interesse storico-culturale
 - Rovine e siti archeologici
 - Impianti sciistici
 - Scuola di volo libero
 - Aviosuperficie
 - Rafting
 - Centri Escursioni - Trekking
 - Palestra di roccia
 - Passeggiate a cavallo - Maneggio
 - Pesca sportiva
 - Capoluoghi
 - Frazioni
 - Località
 - Paesi e località abbandonati (in corsivo)
 - Fiumi
 - Strade di grande comunicazione
 - Strade statali
 - Trattori in galleria
 - Altre strade importanti
 - Trattori in galleria
 - Strade di interesse locale
 - Strade sterrate
 - Strade in via di sistemazione
 - Ferrovia
 - Tracciato ferroviario Spoleto - Norcia
 - Trattori in galleria
 - Confine regionale
 - Confine provinciale
 - Aree protette
 - Boschi
 - Campi coltivati e abbandonati
 - Praterie umide



CASCIA



Cascia, di origine italica, fu importante centro romano: numerose testimonianze archeologiche si trovano presso la Biblioteca Nazionale e il Museo Vaticano (bronzetti italici), oltre ai resti architettonici nel territorio, tra cui il tempio di Villa S. Silvestro. Sin dal sec. XII, Cascia fu libero comune diviso in "gate" e "rioni" e batté moneta propria. Nel 1596 Cascia fu elevata al rango di città da Papa Clemente VIII. La notorietà della città è legata a S. Rita, monaca agostiniana, nata nel 1381 a Roccaporena e morta nel 1447. Fu beatificata da Urbano VIII nel 1628 e santificata nel 1900 da Leone XIII. Dell'epoca medievale e rinascimentale della città si conservano ancora resti di mura, fortificazioni, porte e palazzi dislocati intorno alle principali piazze.

POGGIODOMO



Poggiodomo è uno dei più piccoli comuni d'Italia ed il più alto in quota della Valnerina. Il centro storico è costituito da un castello fondato nel XIII secolo, tipico degli insediamenti edificati su uno sperone di roccia, che si è andato via via sfaldando, per cui l'antico abitato si è ridotto notevolmente, mentre a partire dal sec. XVII si è invece sviluppato il borgo di S. Pietro, in gran parte costituito da edifici di carattere gentilizio, usati già in quell'epoca per il soggiorno estivo, data la salubrità del luogo. Particolarmente interessante in questo Comune è la frazione di Usigni, luogo di nascita del Cardinale Fausto Poli, uno dei personaggi italiani emergenti della prima metà del 1600, divenuto segretario particolare di Papa Urbano VIII. La presenza del Cardinale Poli fu decisiva per queste zone: infatti fu lui che diffuse il culto di S. Rita e che richiese le chiese della Valle di oggetti e di dipinti di notevole importanza storico-artistica.

DOVE CHIEDERE/TOURIST INFO

PER AVERE INFORMAZIONI/INFORMATIONS
Regione Umbria - Provincia di Perugia
 Ufficio Regionale per il Turismo - ☎ 075 5041
 Assessorato Turismo e Cultura - ☎ 075 5041
 Agenzia di Promozione Turistica dell'Umbria
 ☎ 075 575951 - fax 075 5736828 - info@apt.umbria.it

Servizio Turistico Territoriale della Valnerina
 Via Giovanni da Chiviano, 1 - 06043 Cascia
 ☎ 0743 71401 - fax 0743 76630 (Sede) - info@iat.cascia.pg.it
 Cascia - Via Sofferino, 22

UFFICI INFORMAZIONI
Cascia - Piazza Garibaldi, 1
 ☎ 0743 71147 - fax 0743 751045 - info@iat.cascia.pg.it
 Cascia - Via Sofferino, 22

Comune di Cascia - ☎ 0743 751311
Comune di Cerreto di Spoleto - ☎ 0743 91231
Comune di Monteleone di Spoleto - ☎ 0743 70421
Comune di Norcia - ☎ 0743 824911
Comune di Poggiodomo - ☎ 0743 79133
Comune di Preci - ☎ 0743 93781

Comune di Sant'Anatolia di Narco - ☎ 0743 613149
Comune di Scheggino - ☎ 0743 613232
Comune di Vallo di Nera - ☎ 0743 616143
Cedrav - Cerreto di Spoleto - ☎ 0743 922129
 fax 0743 923007 - info@cedrav.net

Comunità Montana della Valnerina - Norcia
 ☎ 0743 816938 - fax 0743 817566 - info@cmv.valnerina.it
Ente Parco Nazionale Monti Sibillini - Visso (MC)
 ☎ 0737 972711 - informazioni@sisibillini.net

CASE DEL PARCO
 Norcia - ☎ e fax 0743 817090 - cpnorcia@yahoo.it
 Preci - ☎ e fax 0743 937000 - cpprecic@tiscali.net.it

Fondo Europeo Agricolo per lo Sviluppo Rurale "L'Europa investe nelle zone rurali"
 PSR dell'Umbria 2007/2013
 misura 3.1.3 incentivazione di attività turistiche



Superficie/Area: 18.109 ha
 Popolazione/Population: 3.260
 Altitudine/Altitude: m 653

DA VEDERE/TOURIST ATTRACTIONS:
 Basilica di S. Rita (sec. XV, Altare di Giacomo Manzù), Basilica Inferiore, Pentecostiera, Monastero dove visse S. Rita; Chiesa di S. Agostino (sec. XIV), Chiesa di S. Francesco (sec. XIII), Collegiata di S. Maria (sec. XII), Chiesa di S. Antonio (sec. XVI); Complesso S. Margherita (Centro Enografico); Palazzo Gatti (Biblioteca e archivio storico); Palazzo Santi (Museo-pinaacoteca); Roccaporena e sentiero di S. Rita.
Risorse naturali e artistiche/Natural and Artistic Heritage: Fiume Corno, Monte Mevavina, Monte Civita, Monte Maggio, Altopiano di Chiviano, Altopiano di Ocoose, Ruderi del Tempio della Madonna della Neve, Castello di S. Giorgio, Foresta di Tazzo, Valle Fuina.

DA GUSTARE/FOODS: Carni ed insaccati, farro, formaggi, funghi, miele, tartufi e zafferano.



Superficie/Area: 4.011 ha
 Popolazione/Population: 172
 Altitudine/Altitude: m 974

DA VEDERE/TOURIST ATTRACTIONS:
 Chiesa di S. Carlo Borromeo (sec. XVIII); Chiesa di S. Pietro (sec. XIV); Chiesa di S. Lorenzo (sec. XIII); Chiesa di S. Salvatore a Ugnini (sec. XVII); Eremo della Madonna della Stella (sec. XVI).
Risorse naturali e artistiche/Natural and Artistic Heritage: Monte Coscerno, Parco di Usigni, Valle del Tessonio, Piano dell'Immagine.

DA GUSTARE/FOODS: Carni ed insaccati, farro, formaggi, miele, funghi e tartufi.



CERRETO DI SPOLETO



Cerreto è un castello di origine medievale, sorto su un insediamento preesistente nel colle di S. Sebastiano. Il suo nome deriva dalla diffusa presenza di piante di cerro, presente anche nella stemma comunale. La storia del castello inizia nel sec. XII, quando si sottrae al galdastado di Ponte e si erige a libero comune sotto la protezione della Chiesa, sfruttando la sua posizione strategica di confine tra i Comuni di Spoleto, Cascia, Norcia e il Ducato di Camerino. Testimonianze dello splendore di varie epoche sono i vari palazzetti gentilizi presenti nel tessuto urbano, e principalmente sulla piazza principale dedicata a Giovanni Pontano (1429-1503), poeta umanista e politico nato a Cerreto e vissuto a Napoli presso la corte degli Aragonesi.

PRECI



Preci è un castello di pendio risalente al sec. XIII, che si trova nelle vicinanze dell'Abbazia di S. Eutizio, al cui feudo appartene prima di entrare a far parte del territorio di Norcia. A seguito delle sue mire autonomistiche, il castello, nel sec. XVI, fu distrutto per ben due volte. La definitiva pacificazione con Norcia, avvenuta nel 1555, ne permise il restauro e coincise con il fiorire della scuola chirurgica, che in breve divenne assai famosa. Basti pensare a Durante Scacchi, che fu medico archiatra di Sisto V e al fratello Francesco, che operò di cataratta la Regina Elisabetta I d'Inghilterra (1588). I chirurghi di Preci si tramandavano l'arte di padre in figlio ed erano specialisti nelle operazioni delle cataratte e nella litotomia (o calcolosi vescicale). Le numerose famiglie di medici di Preci contribuirono, con le loro residenze, a dare un carattere signorile al paese, che conserva resti medievali nelle due antiche porte di accesso e nel palazzetto della Comunità.



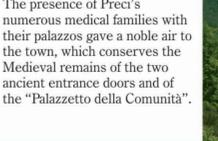
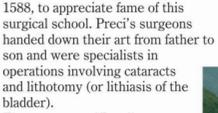
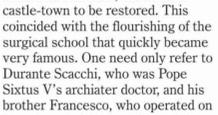
Cerreto is a castle-town of medieval origin that was built on a pre-existing settlement on San Sebastiano hill. The town's name derives from the widespread presence of turkey oak ("cerro"), which also feature in Cerreto's coat of arms. The castle-town's history began in the early 12th century when it liberated itself from the rule of Ponte to become a free commune under Church protection, exploiting its strategic position on the border between the Communes of Spoleto, Cascia, Norcia and the Duchy of Camerino. The aristocratic little palazzos in the town, particularly in the main square dedicated to Giovanni Pontano (1429-1503), are reminders of the different periods in the town's glorious past. Pontano was a humanist poet and politician born in Cerreto who lived in the Court of Aragorn.

Preci is a hillside castle-town dating back to the 13th century which is located near the Saint Eutizio Abbey, to whose fief it belonged before becoming part of Norcia's territory. Following its ambitions for independence, the castle-town was destroyed twice in the 16th century. Definitive peace with Norcia, which came about in 1555, allowed the castle-town to be restored. This coincided with the flourishing of the surgical school that quickly became very famous. One need only refer to Durante Scacchi, who was Pope Sixtus V's archiatr doctor, and his brother Francesco, who operated on the cataract of Queen Elizabeth I in 1588, to appreciate fame of this surgical school. Preci's surgeons handed down their art from father to son and were specialists in operations involving cataracts and lithotomy (or lithiasis of the bladder). The presence of Preci's numerous medical families with their palazzos gave a noble air to the town, which conserves the Medieval remains of the two ancient entrance doors and of the "Palazzetto della Comunità".

Superficie/Area: 8.210 ha
 Popolazione/Population: 1.137
 Altitudine/Altitude: m 557

DA VEDERE/TOURIST ATTRACTIONS:
 Chiesa Parrocchiale di S. Maria Annunziata (sec. XVII); Chiesa di S. Maria Delibera (sec. XVI); Ruderi della chiesa e monastero di S. Nicola (sec. XIII); Complesso monastico S. Giacomo (sec. XIII); Centro per la Documentazione e la Ricerca Antropologica in Valnerina nella dorsale appenninica umbra); Pieve di S. Maria di Ponte (sec. XII).
Risorse naturali e artistiche/Natural and Artistic Heritage: Fiume Nera, Bagni di Trionpo, Area pesca "ro kill", Fiume Corno, Fiume Vigi, Torrente Tessonio, Aula educazione ambientale, Monte Maggiore, Area protetta Lo Stiglio.

DA GUSTARE/FOODS: Acqua minerale, carni ed insaccati, farro, formaggi, funghi, trote, tartufi e frutti di bosco.



Superficie/Area: 6.158 ha
 Popolazione/Population: 681
 Altitudine/Altitude: m 978

DA VEDERE/TOURIST ATTRACTIONS:
 Complesso di S. Francesco (sec. XVI) con scoppio della Biga; Chiesa di S. Nicola (sec. XVI); Chiesa di S. Giovanni (sec. XV); Palazzo Bernabò (sec. XVI); Palazzo Barnani (sec. XVII); Palazzo Rotondi (sec. XVII); Palazzo Congiunti (sec. XVII); S. Maria de Equo a Rascio (sec. XII).
Risorse naturali e artistiche/Natural and Artistic Heritage: Fiume Corno, Ponte della Ferreria, Miniere, Monte Coscerno-Aspra, Colle del Capitano.

DA GUSTARE/FOODS: Farro, carni ed insaccati, formaggi, funghi, miele e tartufi.



Superficie/Area: 8.210 ha
 Popolazione/Population: 117
 Altitudine/Altitude: m 596

DA VEDERE/TOURIST ATTRACTIONS:
 Chiesa di S. Maria della Pietà (sec. XIV); Ex-Chiesa di S. Caterina (sec. XIII); Chiesa della Madonna della Peschiera (sec. XVI); Abbazia di S. Eutizio (origini sec. VI) (Museo).
Risorse naturali e artistiche/Natural and Artistic Heritage: Fiume Campiano, Valle Obbita, Cascata "Lu Cugnurri", Monte S. Martino, Casali d'Acquaro, Altopiano di Fiano, Altopiano di Montebello.

DA GUSTARE/FOODS: Carni ed insaccati, farro, prosciutti, lenticchia, trote, miele, funghi e tartufi.



MONTELEONE DI SPOLETO



Monteleone di Spoleto ha un'area archeologia di epoca Protovillanoviana; inoltre, a "Colle del Capitano", nei primi del '900, fu rinvenuta una bigia in legno ricoperta da lamine in bronzo lavorate a sbalzo, raffiguranti episodi della vita di Achille, databile intorno al 550 a.C., ora esposta al Metropolitan Museum of Arts di New York. Dell'epoca romana, si conservano alcuni ruderi. In epoca medievale, fu feudo della famiglia Tiberti, poi libero Comune. Dal sec. XVI si ebbe un grande sviluppo, dovuto alla ricchezza delle miniere di ferro ed alla sua lavorazione presso le ferriere del Corno. La presenza di palazzi signorili lungo il corso cittadino sta a dimostrare lo stato di benessere raggiunto in quei secoli. L'abitato è in gran parte cinto da mura, torri e fortificazioni, a cui si accede ancora dalle porte medievali.

S. ANATOLIA DI NARCO



S. Anatolia di Narco è un castello medievale sorto su un insediamento preesistente di cui non restano tracce, ad eccezione di quelle relative a una necropoli dei sec. VIII - IV a. C., emerse da scavi condotti nel secolo scorso nella località "Il Piano". Il suo nome si deve ad Anatolia, giovane patrizia romana, martirizzata nel 253 a Torà (presso Rieti) per il suo credo, insieme al suo carceriere e carnefice Audace, dopo averlo convertito; il suo culto è stato introdotto in Valnerina dai benedettini. L'impianto urbanistico è di tipo composito, a pianta quadrata e con sommità pianeggiante, cinto da mura e torrioni angolari. Tra le vestigia medievali sono ancora individuabili alcuni tratti della cerchia muraria, i torrioni ed una porta di accesso al castello, mentre le abitazioni hanno subito continue trasformazioni, dando vita nei secoli anche ad alcuni palazzetti gentilizi.

IL CALENDARIO DELLA VALLE/THE VALLEY CALENDAR

GENNAIO
 CASCIA, NORCIA, SCHEGGINO - Canto della Pasquarella
 CASTELLUCCIO DI NORCIA - Festa della Zampetta
 17 - CASCIA, NORCIA, VALLO DI NERA, SCHEGGINO, MONTELEONE DI SPOLETO
 Festa di S. Antonio Abate, benedizione degli animali
 CASCIA - Rassegna delle Pasquarelle

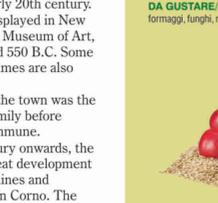
FEBBRAIO
 10 - NORCIA - Festa di S. Scolastica
 Ultimo fine settimana - NORCIA - Mostra mercato del tartufo nero e dei prodotti tipici della Valnerina

MARZO
 20-21 - NORCIA - Celebrazioni Benedettine
MARZO/APRILE
 CASCIA, NORCIA, MONTELEONE DI SPOLETO, SAVELLI, S. EUTIZIO DI PRECI - Processioni del Cristo morto e Sacre Rappresentazioni della Passione
 VALLO DI NERA - Pasqua a Vallo di Nera
 30 - NORCIA, PRECI - Festa del Piantanaggio

MAGGIO
 21/22 - CASCIA - Celebrazioni Ritiane
 23 - PRECI - Festa di S. Eutizio a Piedivalle
 POGGIODOMO - Processioni alla Madonna della Stella

GIUGNO
 13 - MONTELEONE DI SPOLETO - Festa delle agnelle di S. Antonio
 Terza domenica - CASTELLUCCIO - La Fiorita
 Quarta domenica - ROCCAPORENA DI CASCIA
 Festa della Rosa
 CESELLI DI SCHEGGINO - Sagra della panzanella
 VALLO DI NERA - Fior di Cacio

Monteleone di Spoleto has an archaeological area dating back to the Protovillanovan period. Furthermore, in "Colle del Capitano" (Chapri's Pass), a wooden cart covered in embossed bronze leaf depicting episodes from the life of Achilles was found in the early 20th century. The chariot, now displayed in New York's Metropolitan Museum of Art, dates back to around 550 B.C. Some ruins from Roman times are also conserved here. In Medieval times, the town was the fief of the Tiberti family before becoming a free commune. From the 16th century onwards, the town underwent great development from the rich iron mines and wrought iron work in Corno. The town's noble palazzos reveal the wealth accumulated in those centuries. The town is mostly surrounded by the walls, towers and fortifications, which are still accessible by the Medieval doors.



Superficie/Area: 4.732 ha
 Popolazione/Population: 967
 Altitudine/Altitude: m 328

DA VEDERE/TOURIST ATTRACTIONS:
 Chiesa di S. Anatolia (sec. XIII con rifacimenti successivi); Chiesa di S. Maria delle Grazie (sec. XVI); Ex-chiesa e convento di S. Croco (sec. XIII con rifacimenti successivi, oggi centro dedicato ai Fidi Campiani, ottici e protologi del sec. XVII); - Antico Palazzo Comunale con Porta Castello (sec. XVI); Chiesa di S. Maria di Narco (sec. XVI); Abbazia di S. Felice di Narco (sec. XII)

Risorse naturali e artistiche/Natural and Artistic Heritage: Fiume Nera, Monte Coscerno-Aspra, Via Valcasana o "odi ferro", Piano delle Melette, Altipiano di Gavelli e laghetto, Pascoli del cielo.

DA GUSTARE/FOODS: Carni ed insaccati, prosciutti, formaggi, farro, lenticchia, funghi, trote, tartufi e frutti di bosco.



Superficie/Area: 27.434 ha
 Popolazione/Population: 4.872
 Altitudine/Altitude: m 604

DA VEDERE/TOURIST ATTRACTIONS:
 Complesso di S. Francesco (sec. XVI) con scoppio della Biga; Chiesa di S. Nicola (sec. XVI); Chiesa di S. Giovanni (sec. XV); Palazzo Bernabò (sec. XVI); Palazzo Barnani (sec. XVII); Palazzo Rotondi (sec. XVII); Palazzo Congiunti (sec. XVII); S. Maria de Equo a Rascio (sec. XII).
Risorse naturali e artistiche/Natural and Artistic Heritage: Fiume Corno, Ponte della Ferreria, Miniere, Monte Coscerno-Aspra, Colle del Capitano.

DA GUSTARE/FOODS: Farro, carni ed insaccati, formaggi, funghi, miele e tartufi.



Superficie/Area: 3.603 ha
 Popolazione/Population: 458
 Altitudine/Altitude: m 281

DA VEDERE/TOURIST ATTRACTIONS:
 Chiesa di S. Nicola (sec. XIV, ristrutturata nel sec. XVII); Chiesa di S. Rocco (sec. XVI); Chiesa di S. Felicità (sec. XII); - Palazzo Comunale (sec. XVI); Villa Poli (sec. XVIII); Parco di Valcasana con pesca sportiva e camping
Risorse naturali e artistiche/Natural and Artistic Heritage: Fiume Nera, Parco di Valcasana, Valle, torrente e mulino di Pontaglia, Monte Coscerno-Aspra, Valle di Garofoglio, Valle Pisciarina, Valle-Pesara o Malpsina, Monte Solerino.

DA GUSTARE/FOODS: Trote, carni ed insaccati, formaggi, funghi, tartufi e frutti di bosco.



NORCIA



The Sabine City of Norcia is located in the most mountainous and picturesque corner of Umbria, in the area of the Monti Sibillini National Park, and preserves intact the reminders of its Roman and Medieval past, starting from the heart-shaped town walls. It has a very environmental, artistic, gastronomic and cultural resources that make it both attractive and unique in the eyes of all visitors. Known as the homeland of St. Benedict, First Patron Saint of Europe, and renown for its profound spirituality, Norcia is one of the main destinations for those who love unspoilt nature, sports, tranquility, and the quality of life. It is famous for the "charcuterie" products, i.e. the noble art of processing pork; this has made the town famous, and Norcia is a varied and sought-after paradise for gastronomists. It boasts excellent products such as PGI-labelled ham, precious black truffle, PGI-labelled Castelluccio lentils, assorted varieties of salami and cheese.

SCHEGGINO



Scheggino è un castello di pendio a forma triangolare, con in cima un cassero e torre di avvistamento, sorto sulla riva sinistra del fiume, a guardia dell'antica strada e di uno dei pochi attraversamenti del fiume. Il suo nome si deve probabilmente alla conformazione del terreno su cui è sorto, con roccia a forma di scaglie. Il suo nucleo originale è del sec. XIII, quando all'presistente torre si cominciarono ad addossare le abitazioni degli abitanti qui rifugiatisi dopo la distruzione del castello feudale di Pozzano, situato nelle vicinanze. Nell'abitato si possono individuare: la parte più antica, in alto, detta "Capo la terra", cinta dalla prima cerchia di mura; l'espansione dei sec. XIV e XV, più a valle; il borgo del sec. XVI, lungo il canale di adduzione del mulino, al di là del fiume; l'espansione dei secoli successivi. Tra le vestigia medievali sono ancora visibili la cerchia muraria, la torre di vedetta, le porte e numerosi baluardi di fortificazione.

VALLO DI NERA



Vallo di Nera è un libero castello fondato grazie ad una concessione della città di Spoleto nel 1217, nei pressi un insediamento feudale preesistente, denominato Flezano, sopra un colle a dominio di uno slargo della valle del Nera. Il suo nome ha una derivazione che si può attribuire alla stessa valle (il nome antico di Vallo era Castrum Valli), al valico di difesa romano o al nome longobardo del bosco: vald. Lo stemma attuale raffigura tre castelli riuniti e si deve all'anno ottocentesco con i castelli Meggiano e Paterno. L'impianto urbano è assai compatto, caratterizzato da un nucleo originario circolare, su un poggio, con una strada anulare pianeggiante e ripide risalite verso il fulcro centrale costituito dalla piazza di S. Giovanni. Gli si affiancano il borgo quattrocentesco di S. Maria e il borgo cinque-seicentesco dei Casali. I suoi edifici, recentemente restaurati, costituiscono uno dei migliori esempi di restauro e

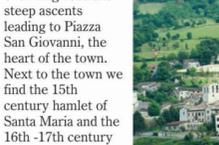
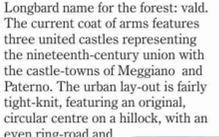
conservazione dell'aspetto urbanistico originario. Vallo di Nera is a free castle-town founded, near a pre-existing feudal settlement called Flezano, as a result of a concession issued by the city of Spoleto in 1217. Situated on a hilltop, the town overlooks the expanse of the Nera valley. Its name can be traced back either to the valley itself (the valley's ancient name was Castrum Valli), to the Roman defensive vallum or to the Lombard name for the forest: vald. The current coat of arms features three united castles representing the nineteenth-century union with the castle-towns of Meggiano and Paterno. The urban lay-out is fairly tight-knit, featuring an original, circular centre on a hillcock, with an even ring-road and steep ascents leading to Piazza San Giovanni, the heart of the town. Next to the town we find the 15th century hamlet of Santa Maria and the 16th -17th century hamlet of Casali.

Scheggino is a triangular-shaped, hillside castle-town with a keep and watch-tower at the top. Scheggino was built on the left bank of the River Nera to guard the ancient road and one of the few crossing points across the river. Its name probably derives from the structure of the terrain, featuring shards ("scheggia") of rocks, where the town was built. Its original centre dates from the 13th century, when inhabitants who had taken refuge here following the destruction of the feudal castle of Pozzano, began clustering houses around the pre-existing tower. Today, the town features: the oldest and highest part called "Head of the Land", surrounded by the first walls; evidence of expansion further downstream, dating back to the 14th and 15th centuries; the 16th century hamlet along the canal, with the addition of the water mill; on the other side of the river; and evidence of expansion from later centuries. Medieval remains include the walls, watch-towers, doors and numerous bastions of the castle.

Vallo di Nera è un libero castello fondato grazie ad una concessione della città di Spoleto nel 1217, nei pressi un insediamento feudale preesistente, denominato Flezano, sopra un colle a dominio di uno slargo della valle del Nera. Il suo nome ha una derivazione che si può attribuire alla stessa valle (il nome antico di Vallo era Castrum Valli), al valico di difesa romano o al nome longobardo del bosco: vald. Lo stemma attuale raffigura tre castelli riuniti e si deve all'anno ottocentesco con i castelli Meggiano e Paterno. L'impianto urbano è assai compatto, caratterizzato da un nucleo originario circolare, su un poggio, con una strada anulare pianeggiante e ripide risalite verso il fulcro centrale costituito dalla piazza di S. Giovanni. Gli si affiancano il borgo quattrocentesco di S. Maria e il borgo cinque-seicentesco dei Casali. I suoi edifici, recentemente restaurati, costituiscono uno dei migliori esempi di restauro e

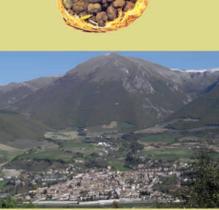
DA VEDERE/TOURIST ATTRACTIONS:
 Chiesa di S. Maria (sec. XIII); - Chiesa di S. Giovanni Battista (sec. XIII); - Chiesa di S. Caterina (sec. XIV); Chiesa di S. Rocco (sec. XVI); - Immagine della Forche (sec. XV); - Il Torrione (sec. XVI); - Il Palazzo Comunale (Costruito sopra un porticato che lunge anche da porta di accesso al castello); S. Maria dell'Ermita (sec. XI).
Risorse naturali e artistiche/Natural and Artistic Heritage: Fiume Nera, Pesca sportiva "ro kill", Monte Coscerno-Aspra, Piano dell'Immagine, Monte Giove-Casale, Monte Maggiore, Area attrezzata "Le Schegge".

DA GUSTARE/FOODS: Carni ed insaccati, formaggi, farro, lenticchia, trote, tartufi e frutti di bosco.



DA VEDERE/TOURIST ATTRACTIONS:
 Basilica di S. Benedetto (sec. XVI) - Palazzo Comunale (origine del sec. XIII) - La Castellina (sec. XVI su progetto del Vignola, con museo civico - diocesano) - Cattedrale di S. Maria Argentea (sec. XVI) - Complesso di S. Francesco (sec. XIV) - Biblioteca e archivio storico) - Chiesa di S. Agostino (sec. XVI) - Chiesa di S. Lorenzo (origine del sec. VI) - Oratorio di S. Agostiniano (sec. XVII) - Chiesa di S. Filippo o della Madonna Adolorata (sec. XVII) - Collegiata di S. Giovanni (sec. XIV-XVII) - Chiesa e monastero di S. Antonio (sec. XVI) - Tempetto (sec. XIV) - Porte e mura medievali della Città - Parco delle misure (sec. XV) - Criptoportico romano (Museo archeologico) - Palazzo dei Cavalieri di Malta.
Risorse naturali e artistiche/Natural and Artistic Heritage: Parco Nazionale dei Monti Sibillini, Altipiano di Castelluccio, Forche Canapine, Marone, Fiume Sordo, Area archeologica, Madonna Bianca di Ancarano, S. Salvatore di Campi.

DA GUSTARE/FOODS: Carni ed insaccati, prosciutti, lenticchia, formaggi e latticini, trote, miele, pasticci e dolciumi, funghi, tartufi e frutti di bosco.



Superficie/Area: 3.603 ha
 Popolazione/Population: 458
 Altitudine/Altitude: m 281

DA VEDERE/TOURIST ATTRACTIONS:
 Chiesa di S. Nicola (sec. XIV, ristrutturata nel sec. XVII); Chiesa di S. Rocco (sec. XVI); Chiesa di S. Felicità (sec. XII); - Palazzo Comunale (sec. XVI); Villa Poli (sec. XVIII); Parco di Valcasana con pesca sportiva e camping
Risorse naturali e artistiche/Natural and Artistic Heritage: Fiume Nera, Parco di Valcasana, Valle, torrente e mulino di Pontaglia, Monte Coscerno-Aspra, Valle di Garofoglio, Valle Pisciarina, Valle-Pesara o Malpsina, Monte Solerino.

DA GUSTARE/FOODS: Trote, carni ed insaccati, formaggi, funghi, tartufi e frutti di bosco.



Superficie/Area: 3.603 ha
 Popolazione/Population: 428
 Altitudine/Altitude: m 400

DA VEDERE/TOURIST ATTRACTIONS:
 Chiesa di S. Maria (sec. XIII); - Chiesa di S. Giovanni Battista (sec. XIII); - Chiesa di S. Caterina (sec. XIV); Chiesa di S. Rocco (sec. XVI); - Immagine della Forche (sec. XV); - Il Torrione (sec. XVI); - Il Palazzo Comunale (Costruito sopra un porticato che lunge anche da porta di accesso al castello); S. Maria dell'Ermita (sec. XI).
Risorse naturali e artistiche/Natural and Artistic Heritage: Fiume Nera, Pesca sportiva "ro kill", Monte Coscerno-Aspra, Piano dell'Immagine, Monte Giove-Casale, Monte Maggiore, Area attrezzata "Le Schegge".

DA GUSTARE/FOOD