

# **MONTE DI PALE Per la Direttissima o Via Macaco – GROTTA DELLE CASCATE DI PALE.**

Il 28 gennaio 2024, con clima primaverile e con altri 13 fantastici e simpaticissimi amici siamo saliti al Monte di Pale per la Direttissima alla vetta.

Partiti da Pale, frazione di Foligno, abbiamo preso il sentiero per le falesia di arrampicata quindi alla prima deviazione indicata con cartello recante la scritta “Macaco – direttissima alla vetta” e con bolli verdi continui sulla roccia siamo saliti, in circa 2 ore, in direzione della cresta rocciosa Sud fino in vetta.

La Direttissima è indicata come percorso EEA quindi adatta solo per persone esperte in quanto implica brevi passaggi su roccia, un tratto verticale da oltre 10 metri è aggirabile, e tratti rocciosi molto ripidi attrezzati con corde.

Dalla cima siamo scesi quindi per il versante Ovest per ripido sentiero nel bosco, anch'esso attrezzato in alcuni tratti più ripidi e scivolosi con corde, fino all'Eremo di Santa Maria Giacobbe quindi siamo scesi anche alla Grotta della Cascata.

Infine siamo risaliti alle altre cascate superiori fino alla frazione di Pale dove ci siamo rifocillati in una locanda del paese.

Di seguito le immagini della bellissima escursione.



1- Il sentiero che da Pale conduce alle falesia di arrampicata e all'attacco della via direttissima.



2- Le prime paretì.



3- 9- La lunghissima cresta rocciosa trasversale.















7



8







10 – 13 -Le successive pareti sempre più verticali.













14 – 23 – La verticale paretina finale di una decina di metri,  
aggirabile a destra.





































24- L'uscita della parete verticale con la valle umbra intorno a Foligno sottostante, sul lontano sfondo il Monte Amiata.



25 - 29 - a crestina finale prima della grande croce e

ripetitore di vetta.













29- in fondovalle la frazione di Pale da dove siamo partiti.



30- Foto di gruppo sulla croce di vetta.



31- Panorama dalla cima verso Ovest con la vallata umbra intorno a Foligno



32- Panorama dalla cima verso est con i Monti Sibillini.  
DISCESA DAL MONTE DI PALE



33 – 35- Fasi della ripida discesa anch'essa attrezzata con tratti di corde.









36 -In discesa si costeggiano le falesie di arrampicata di Pale.



37 – L'Eremo di Santa Maria Giacobbe



38- La discesa dall'Eremo attrezzata con comodi scalini e corrimani, in alto a destra il paese di Pale.

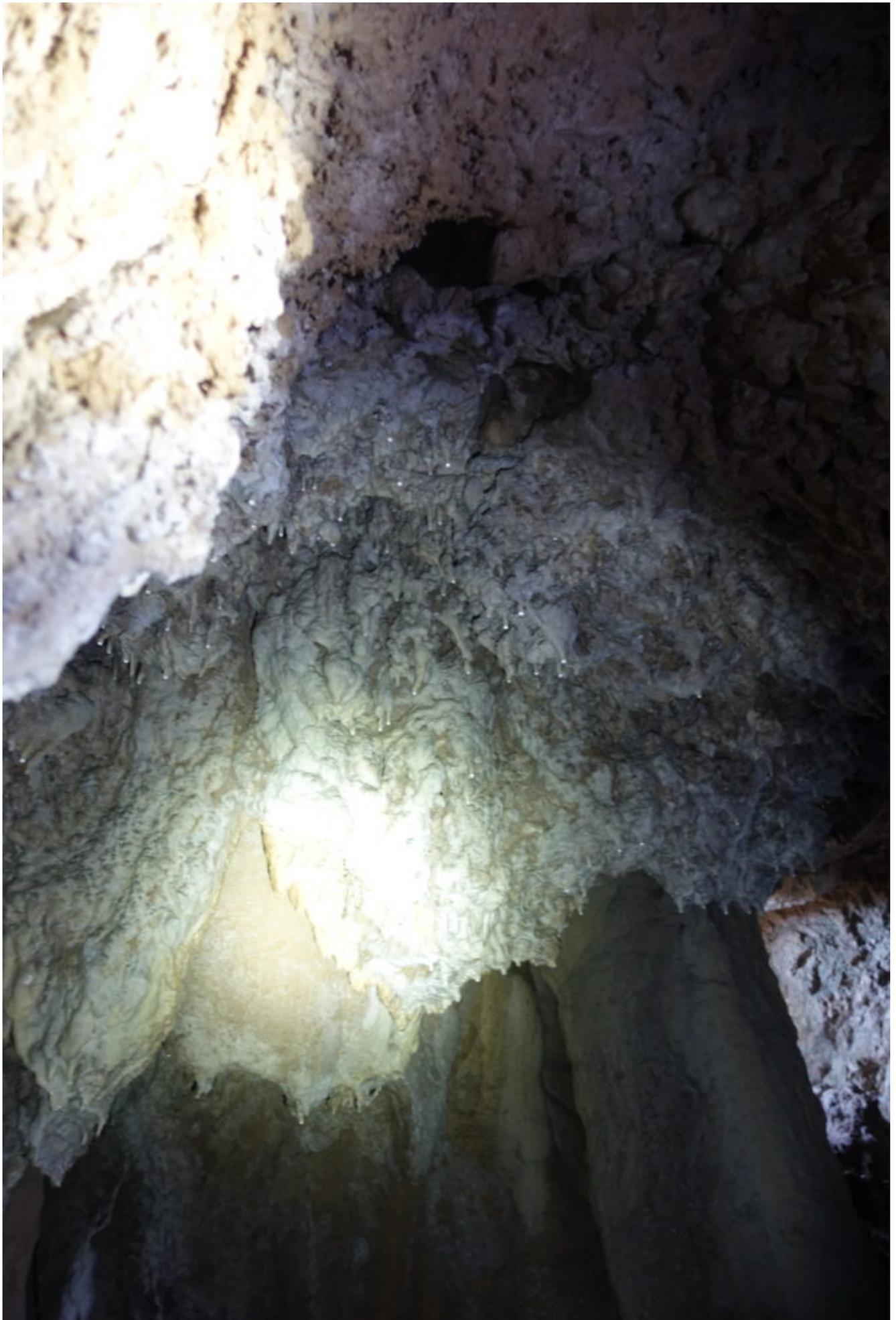
LA CASCATA DELLE GROTTI DI PALE



39- Continuiamo la discesa per visitare la Grotta della Cascata e le altre cascate più in alto.



40- L'imbocco della grotta di lato alla cascata.



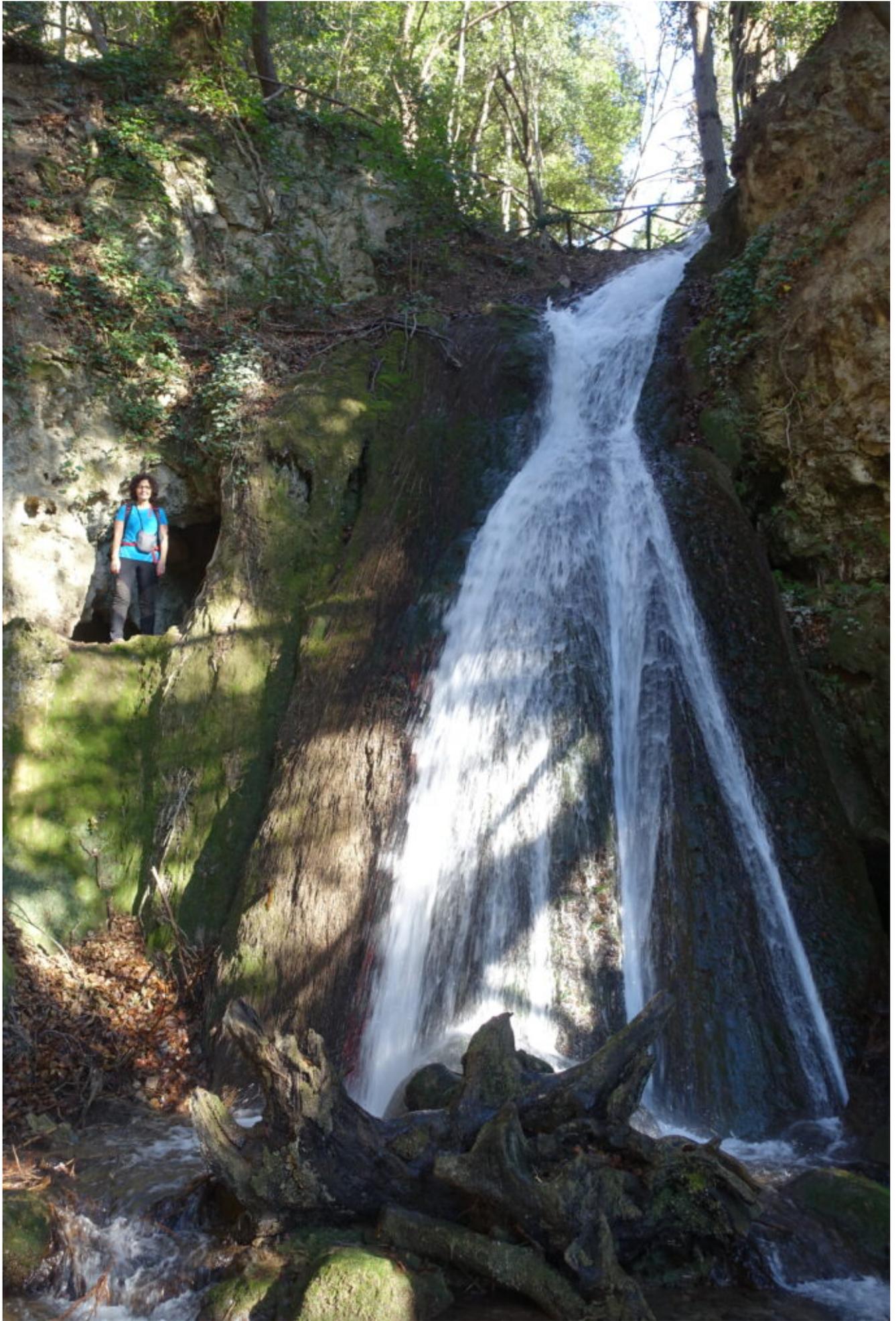
42- Il soffitto stillicidioso della grotta della cascata



43- Laghetto interno alla grotta.



44 – La finestra al lato opposto alla cascata.



45 – La finestra al lato della cascata



46- La base della cascata



47- Folta vegetazione a Lingua cervina lungo il fosso.



48- L'acqua in questo punto esce da una fessura che ha scavato nella tenera pietra spugna.



49- La cascata situata sotto al paese di Pale.



50- Enormi pioppi caratterizzano il fosso.



51- Meritata merenda finale ad una locanda di Pale.