

# F.I.E. Foligno Valle Umbra Trekking

Aula Verde Altolina, via Trinità, 1 – Pale di Foligno 06034 PG Cell. 3313685377

Sito Internet: [www.fiefoligno.it](http://www.fiefoligno.it) \_ E/MAIL [info@fiefoligno.it](mailto:info@fiefoligno.it)

FACEBOOK: FIE FOLIGNO VALLE UMBRA TREKKING



Note al Crepuscolo è arrivato alla VI edizione e rilancia l'evento con due giorni ricchi di attività. L'appuntamento principale è fissato per il giorno 6 luglio 2019 al tramonto quando il CARROBESTIAME si esibirà in un concerto che spazierà dalla musica classica al folk passando per il rock e finendo con l'irish. Il gruppo vi trascinerà in una miscela scatenata e coinvolgente che vi inviterà a spogliarvi dai pensieri per indossare abiti comodi.

Nei pressi del rifugio si potrà cenare con prodotti alla brace e per vegetariani, al sorgere della luna sarà possibile osservare il cielo e, per chi vorrà, pernottare in loco in tende proprie o comunitarie. Per quanti vorranno cogliere quest'ultima opportunità, la mattina di domenica, dopo la colazione, sarà celebrata l'Eucarestia all'aperto, seguiranno altre escursioni sui monti e lezioni di yoga. La mattinata terminerà con il pranzo presso il rifugio.

La finalità principale dell'evento è vivere insieme un'esperienza positiva di condivisione conoscendo e quindi valorizzando il nostro ricco territorio, da un punto di vista naturalistico, culturale e gastronomico ponendo attenzione anche alla solidarietà, infatti ciò che rende ancora più prezioso questo evento è il fatto che l'intero ricavato del concerto e della ristorazione sarà destinato agli arredi e alle attrezzature di laboratorio di un nuovo centro per la diagnosi e cura della lebbra nel villaggio di Msange, nella valle dello Yovi in Tanzania.

Note al Crepuscolo quindi è un'occasione privilegiata per trascorrere un week end di benessere, facendo anche del bene.

## **PROGRAMMA ESCURSIONE SABATO 6 LUGLIO**

Ritrovo al parcheggio della piscina di Trevi alle ore 14,00 ci si sposta con le macchine fino al punto di partenza

Dislivello in salita 600m, km 12, durata 4,30 ore, valutazione E

**Ore 19.00 apertura della cucina dove si potranno gustare ottimi piatti cucinati in loco a prezzi economici**

**Ore 20.30 inizio concerto**

**Ore 1.00 fine concerto**

Ritorno alle macchine alla fine del concerto:

Per tornare alle macchine si percorre un sentiero di 2 km leggermente in discesa e illuminato

Pernotto in tenda:

**Munendosi del proprio sacco a pelo e materassino, si potrà pernottare davanti al rifugio con tende proprie o avere un posto nelle tende offerte dalla Protezione Civile previa prenotazione sul sito internet "www.notealcrepuscolo.it" oppure telefonando al numero 328-3489582.**

## **DOMENICA 7 LUGLIO**

**Ore 08,00 colazione al Rifugio**

**Ore 08,30 inizio celebrazione eucaristica**

**Ore 09,30 escursioni da personalizzare con gli accompagnatori**

Attrezzatura necessaria: acqua, torcia o pila frontale, giacca antivento, scarponi ben rodati, bastoncini da escursionismo, occhiali da sole.

**Costo del biglietto per il concerto: 10.00 €**

**Accompagnatori FIE: CAVADENTI FRANCO tel 335.7658307**

**PUCCI CLAUDIO tel 347.4520862**

**PRENOTAZIONI: Preferibilmente entro 05 luglio contattando i referenti sopraindicati. Per chi prenota entro tale data verrà offerto uno zainetto dell'evento in omaggio e avrà la possibilità di partecipare alla lotteria con ricchi premi.**

Vista la lodevole iniziativa auspichiamo una ampia partecipazione.

LE USCITE SONO APERTE AI SOLI TESSERATI F.I.E. PER L'ANNO IN CORSO. ECCEZIONALMENTE, PER COLORO CHE DESIDERINO FARE UNA PRIMA ESCURSIONE DI PROVA CON L'ASSOCIAZIONE, POSSONO PARTECIPARE VERSANDO LA QUOTA DI 5 EURO PER LA COPERTURA ASSICURATIVA GIORNALIERA E COMUNICANDO, ALMENO IL GIORNO PRECEDENTE L'USCITA, IL PROPRIO NOME, COGNOME, LUOGO E DATA DI NASCITA ALL'ACCOMPAGNATORE REFERENTE. SONO ESCLUSE LE USCITE DI PIU' GIORNI E QUELLE ORGANIZZATE IN PULLMAN. E' IMPORTANTE, SOPRATTUTTO ALLE PRIME ESPERIENZE ESCURSIONISTICHE, CONFRONTARSI E CHIEDERE QUALSIASI DELUCIDAZIONE ALL'ACCOMPAGNATORE, COMUNICANDO EVENTUALI PROBLEMATICHE DI QUALSIASI NATURA. PER LA PARTECIPAZIONE ALLE USCITE, AI FINI DELLA SICUREZZA PERSONALE, E' RICHiesto ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA IDONEA DESCRITTA ALLA VOCE "ATTREZZATURA NECESSARIA". PER RAGIONI TECNICHE, CLIMATICHE O DI ALTRA NATURA, LE ESCURSIONI POTRANNO ESSERE ANNULLATE O SUBIRE VARIAZIONI AD INSINDACABILE DECISIONE DEGLI ACCOMPAGNATORI.