

# 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

## TREKKING

### Parco Nazionale delle Ecrins (Francia)

MERCOLEDI 17 LUGLIO - DOMENICA 21 LUGLIO 2019

Il parco nazionale degli Écrins è per estensione il quinto parco nazionale francese. Situato nelle Alpi del Delfinato, copre una grande parte del massiccio des Écrins.

Con una superficie di 91.800 ettari, il Parco Nazionale degli Écrins, fra il dipartimento dell'Isère e quello delle Alte Alpi, copre una superficie montuosa le cui cime raggiungono quote fra gli 800 e i 4102 metri. Apprezzata dagli amanti della natura, questa vasta area incontaminata ospita una flora e una fauna ricchissime: stelle alpine, cardi blu, artemisie, genziane, ecc.; e camosci, stambecchi, aquile reali, volpi, scoiattoli, marmotte...

#### PROGRAMMA

##### **MERCOLEDI 17 luglio**

Ore 4.00 Ritrovo dei partecipanti nel piazzale antistante il bar-rist.- self-service WINNER in via Gran Sasso a Foligno.

Ore 4.15 Partenza con mezzi propri per Le Casset (Briancon – Francia)

Ore 13.00 Arrivo previsto e inizio escursione. Refuge Alpe de Villar 10,5 km, 800 m disl. In salita e 300 in discesa, arrivo al rifugio, cena e pernottamento.

##### **GIOVEDI 18 luglio**

Ore 7.00 Colazione al rifugio.

Ore 7.30 Partenza per escursione rifuge Evariste Chancell. 16 km 1350 m in salita 900 m disl in discesa. Arrivo al rifugio cena e pernottamento

##### **VENERDI 19 luglio**

Ore 7.00 Colazione al rifugio.

Ore 7.30 Partenza per escursione rifuge des Clots. 18 km 1350 m in salita 1250 m disl in discesa. Arrivo al rifugio cena e pernottamento

##### **SABATO 20 luglio**

Ore 7.00 Colazione in rifugio.

Ore 7.30 Partenza per il hotel Les Deux Alpe 1800. 17 km 1700 m in salita 650 m disl in discesa Arrivo in albergo cena e pernottamento

## **DOMENICA 21 luglio**

Ore 8.00 Colazione in rifugio.

Ore 8.30 Partenza per Le Casset, spostamento con navetta per recuperare le macchine e partenza per Foligno previsto l'arrivo alle 22.00

**NOTA: il trekking nel suo insieme prevede percorsi particolarmente impegnativi con tratti di sentiero roccioso non difficile ma esposto e richiede una buona preparazione fisica e tecnica. Tutti i giorni bisognerà comunque camminare con qualsiasi condizione atmosferica con la possibilità di trovare anche terreni innevati. I tempi possono essere modificati ad insindacabile giudizio degli organizzatori. I pernottamenti saranno tutti in rifugio con sistemazione in camerate e uso di bagni e docce comuni.**

**ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA:** abbigliamento da montagna tecnico, zaino, scarponi, sacco letto, giacca a vento, pile, copripantaloni impermeabili, mantella, guanti, cappello, occhiali da sole, borraccia, pila frontale e crema solare. Sono consigliati i bastoncini da escursionismo, il binocolo e la macchina fotografica.

**QUOTA: €250/00 pro-capite (massimo 12 posti)**

### **La quota comprende**

3 giorni con trattamento di mezza pensione in rifugio in camera multipla e 1 giorno in albergo camere doppie.

Trasporto navetta.

### **La quota non comprende**

Spese di viaggio da Foligno e ritorno.

I pranzi al sacco durante le escursioni.

Le bevande ai pasti e la cena del Sabato.

Tutto quanto non contemplato alla voce "la quota comprende".

### **INFO e PRENOTAZIONI:**

Acc. Esc. F.I.E. Franco Cavadenti e-mail: [francocavadenti@alice.it](mailto:francocavadenti@alice.it) tel. 335 7658307

Acc. Esc. F.I.E. Pucci Claudio e-mail: [c.pucci.60@alice.it](mailto:c.pucci.60@alice.it) tel. 347 4520862

**Le prenotazioni per motivi organizzativi, si accettano solo per e-mail.**

**Entro il 10 maggio versamento caparra €50/00 (per prenotazione alle strutture ricettive) ai referenti sopra indicati e comunque fino al raggiungimento dei 12 posti disponibili. Se i posti disponibili saranno esauriti, sarà allestita una lista alla quale si attingerà in base alle eventuali rinunce.**

**Saldo € 200/00 entro il 10 luglio ai referenti sopra indicati.**

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.