



Via Chiovada, 1, loc. Pale Foligno(PG) tel. 334 5793365 - codice fiscale 01662900545
Sito internet: www.fiefoligno.it e-mail: info@fiefoligno.it Facebook: <https://www.facebook.com/valleumbratrekking/>

IL NERA (Fuori e dentro)

16 agosto 2021

juniortrek

Affascinante Valnerina: storia arte natura... avventura

Una giornata che arricchisce che insegna come solo la nostra bella Umbria sa fare,

Tra montagne e campagne a tratti lungo il fiume faremo una passeggiata lungo la green way da Castel San Felice fino a Scheggino, tra storia e leggende... poi catapultati nella corrente del fiume con i preparati ragazzi del rafting Scheggino con il coraggio di fare sul serio divertendosi.

PROGRAMMA: ore 7e45 piazzale Winner partenza ore 8 con busitalia che ci porterà all'inizio del sentiero a castel San Felice. Arrivo a Scheggino, pranzo al sacco sul prato. 14e30 vestizione per rafting fino a Ceselli, rientro previsto per le 17e30 a Scheggino con mezzo degli organizzatori. Rientro a Foligno con mezzi propri. Verrà dato il punto d'incontro sul gruppo wazzap. Contributo per minorenni euro 30.

PERCORSO a piedi 5km circa dislivello 50 mt

ATTREZZATURA ED ABBIGLIAMENTO NECESSARI:

Abbigliamento leggero adeguato alla stagione, scarpe trekking ben rodiate, Keeway in caso di pioggia, cappello, crema solare, macchina fotografica, borraccia (è possibile rifornire acqua lungo il percorso) e spuntino e pranzo al sacco DPI protezione covid autocertificazione temperatura corporea.

Per il rafting costume cambio completo e scarpe da ginnastica leggere, telo microfibra .

PRENOTAZIONI: Michela 338 748 9930 Delia 3771918484

Le escursioni sono aperte ai soli tesserati F.I.E. dell'anno in corso. Eccezionalmente, coloro che desiderano fare una prima uscita di prova, potranno partecipare versando la quota per la copertura assicurativa giornaliera di euro 5,00 e comunicando, all'accompagnatore referente, almeno il giorno precedente l'escursione, il proprio nome, cognome e codice fiscale. Sono escluse tutte le uscite di più giorni e quelle organizzate in pullman. Ai fini della **sicurezza personale** è importante che tutti i partecipanti comunichino all'accompagnatore, soprattutto alle prime esperienze escursionistiche, eventuali problematiche di qualsiasi natura. Per partecipare è richiesta la dotazione descritta alla voce "abbigliamento ed attrezzatura necessaria". Ad insindacabile decisione degli accompagnatori, le escursioni potranno subire variazioni, o essere annullate per ragioni tecniche, climatiche o di altra natura.

RIPRENDIAMO IL CAMMINO!



ALCUNE REGOLE
PER
TORNARE A VIVERE
INFINITE EMOZIONI!

ASCOLTA E SEGUI



1. NON PUOI PARTECIPARE IN CASO DI
SINTOMI INFLUENZALI O TEMPERATURA
SUPERIORE A 37,5



2. NON PUOI PARTECIPARE SE NEI 15 GIORNI
PRECEDENTI HAI AVUTO CONTATTI CON
SOGGETTI POSITIVI AL COVID-19



3. PORTA IN ESCURSIONE MASCHERINA,
SQUANTI MONOUSO E SOLUZIONE
DISINFETTANTE



4. MANTIENI LA DISTANZA INTERPERSONALE
DI 2 METRI DURANTE L'ESCURSIONE
(ECCEZIONE: STESSO NUCLEO FAMILIARE E
CONVIVENTI)



5. INDOSSA LA MASCHERINA IN TUTTE LE
OCCASIONI IN CUI NON È POSSIBILE
MANTENERE LA DISTANZA (ANCHE NEI
MOMENTI DI RISTORO)



6. EVITA COMPORTAMENTI CHE POSSONO
FAVORIRE LA TRASMISSIONE DEL VIRUS
(AMBACCL, FOTO DI GRUPPO, SCAMBIO CIBO
E ACQUA ECC.)



7. ASCOLTA E SEGUI COLLABORATIVAMENTE
LE DIRETTIVE IMPARTITE DAGLI
ACCOMPAGNATORI!

LA PARTECIPAZIONE ALLE ESCURSIONI
IMPLICA LA PIENA E CONSAPEVOLE
ACCETTAZIONE DELLE REGOLE SOPRA
ELENCAE

RESPONSABILITÀ E COLLABORAZIONE

Questo è ciò che attendiamo a tutti voi, per tornare a
regolari momenti di infinite emozioni!

