

Valle Umbra Trekking

Aula Verde Altolina



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/>

ABRUZZO NEL CUORE

Dal Lago di Scanno al Lago di San Domenico

12 settembre 2021



Questa forse è una delle escursioni più preziose, perché “forse”? Sarà perché scegliamo ogni luogo con tanto amore, sarà perché adoriamo l’Abruzzo con la sua caratteristica selvaggia al contempo accogliente, sarà perché qui la natura ha la sua massima espressione...comunque sia abbiamo deciso di rimandare ad altra occasione il canottaggio che avevamo promesso, ma va bene così... è troppo bello per non assaporare ogni passo... godiamoci il cammino!!

PERCORSO ad elastico di circa 19 km con dislivello di circa 800 mt **DIFF. E+**

Dopo il “sentiero del cuore” cammineremo su un sentiero a mezzacosta fino a raggiungere Villalago (ultimo tratto su strada 1.5km circa) da qui si scende su un sentiero scosceso fino a raggiungere la riserva del Lago di San Domenico ed il suo Eremo (vietata la balneazione) Preparate gli occhi alla meraviglia!!!

Ore 05:45 ritrovo presso parcheggio Winner Foligno - partenza **ore 06.00** - ore 9.00 circa inizio escursione
ore 16-30 fine escursione e rientro a Foligno

NB: parcheggio intera giornata euro 5 (con carta di credito o monete)

ATTREZZATURA ED ABBIGLIAMENTO NECESSARI:

Abbigliamento leggero adeguato alla stagione, scarpe trekking ben rodiate, Kway, cappello, crema solare, deterrente per insetti, borraccia, spuntino e pranzo al sacco, DPI protezione covid (costume chi vuole fare il bagno al lago di Scanno)

PRENOTAZIONI: DELIA tel.3771918484 ENRICA tel.3922769627

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!

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

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

3. PORTA IN ESCURSIONE MASCHERINA, SUIVANTI RICORSO E SOLUZIONE DISINFETTANTE

4. MANTIENI LA DISTANZA INTERPERSONALE DI 2 METRI DAVANTI 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 (AMBACCIOLE 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 ELENATE

RESPONSABILITÀ E COLLABORAZIONE
Quando è ciò che obbediamo a tutti voi, per tornare a regalarvi momenti di infinite emozioni!