

# F.I.E. Valle Umbra Trekking Foligno

Aula Verde Altolina, via Trinità, 1 – Pale di Foligno 06030 PG

Sito Internet: [www.fievalleumbratrekking.it](http://www.fievalleumbratrekking.it)

FACEBOOK: FIE FOLIGNO VALLE UMBRA TREKKING

PARTITA IVA/CODICE FISCALE: 01662900545

## PARCO NAZIONALE DELLE FORESTE CASENTINESI Sabato 9 e Domenica 10 Ottobre 2021

*Le foreste e i paesini dell'alto Casentino. Natura , arte, storia e cibo buono,ingredienti per passare due gorni speciali insieme.In questo periodo i cervi della foresta cercano le compagne con un verso molto particolare,bramito, e che si sente per tutto il giorno e tutta la notte.Con un po di fortuna e con molta attenzione si puo anche vederli nelle radure dei boschi.Ci ospitera un rifugio immerso tra le foreste,un rifugio semplice ed essenziale con camere da 6 o 8 posti, per cui bisognera' decidere come sistemarci per la notte.Vista la sistemazione sara' obbligatorio essere in possesso di green pass o tampone.*

### **SABATO 9 Ottobre- Programma:**

Ore 6.30 Ritrovo dei partecipanti presso il ristorante Winner (zona Agorà). Partenza con mezzi propri.

Ore 9.30 Arrivo presso rifugio Asqua e partenza per l'escursione(pranzo al sacco o possibilita di pranzo a Camaldoli) ore 17.00 fine escursione sistemazione in rifugio e cena

### **DOMENICA 10 Ottobre - Programma:**

Ore 7.30 colazione e partenza per un giro per castelli e pievi.

Ore 13.00 pranzo e poi ritorno verso foligno, circa ore 18.00

### **PERCORSO DELL'ESCURSIONE**

Sabato-13 km e 700 m disl in salita e altrettanti in discesa

### **EQUIPAGGIAMENTO NECESSARIO:**

Abbigliamento da montagna con scarponi ben rodati, giacca a vento, guanti cappello, pile, , crema solare, macchina fotografica e asciugamani non compresi al rifugio

In caso di consolidate previsioni meteo avverse, il trekking può subire variazioni o essere annullato a discrezione degli accompagnatori escursionistici.

**COSTO 50 EURO, COMPRENDE SOLO LA MEZZA PENSIONE IN RIFUGIO.. I POSTI SONO LIMITATI**

**PRENOTAZIONI** entro Giovedì 30 settembre, ai referenti sotto indicati.

**Acc. Esc. F.I.E Franco Cavadenti-tel.335 7658307**

**Acc.Esc.F.I.E Nerio Trabalza-cel.l3313074709**

**Acc.Esc.F.I.E.Luisa Petrozzi tel 347 9909953**

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 HAI AVUTO CONTATTI CON SOGGETTI POSITIVI AL COVID-19



3. PORTA IN ESCURSIONE MASCHERINA, GUANTI MONODOSO 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 RISTORNO)



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



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

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

### RESPONSABILITÀ E COLLABORAZIONE



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