

ESCURSIONI

ArcheoTrek e Terme a Norchia



lunedì 18 aprile

Per informazioni e prenotazione rivolgersi a
AEV Sabina Bonini ☎ 349 2524145

Appuntamento

h 9:30 Parcheggio per Necropoli Etrusca Str. S. Vivenzio, Viterbo (passando per Vetralla, sulla SS Aurelia bis, dopo ca 15 km svoltare a destra, località Cinelli, indicazioni Necropoli di Norchia, arrivati a Il gatto e la Volpe, svoltare a sinistra).

SVILUPPO PERCORSO: Ad anello

DIFFICOLTA': EE

DISLIVELLO: m 160

LUNGHEZZA: km 8

www.inforideeinmovimento.org



INFORIDEA
idee in movimento



Associazione Affiliata
FederTrek
Escursionismo e Ambiente



ESCURSIONI

Partecipando a questa escursione contribuirai a sostenere l'Associazione ONLUS "Il Caprifoglio", impegnata nello sviluppo di progetti solidali in Kenia e Uganda. Il programma può subire variazioni in funzione delle condizioni climatiche e ambientali.

ESCURSIONI

ARCHEOTREK E TERME A PASQUETTA

NORCHIA

Suggestiva escursione di Pasquetta nella città perduta di Norchia nel viterbese, attraversando un'antica necropoli etrusca e suggestive vie cave, tra resti di fortezze e chiese medievali e non mancheranno avventurosi attraversamenti di guadi, discese su scale a pioli e passaggi su tronchi. Al termine del trek ci sposteremo alle terme libere vicino Viterbo per un caldo e rilassante bagno.

Un percorso selvaggio che richiede disinvoltura nei movimenti visto che passeremo su scale improvvisate e attraverseremo guadi, per questo motivo sono necessari scarponi in gore-tex alti alla caviglia o in alternativa sandali (che utilizzeremo anche per le terme). Ah! Non dimenticate il costume da bagno e un accappatoio.

Pranzo al sacco.

TRASPORTO: Auto proprie. Possibilità di car pooling.

COSA PORTARE: almeno 1- 1,5 lt d'acqua. Pranzo al sacco. Bastoncini da trekking. Zainetto adeguato (25/30 lt), non presentarsi con zainetti scolastici o da città.

ABBIGLIAMENTO: scarpe da trekking con vibram ben conservato obbligatorie, berretto, occhiali da sole e protezione solare. Costume da bagno, accappatoio e sandali. E' consigliabile vestirsi a strati con indumenti traspiranti ed antivento/antipioggia.

AVVERTENZA: l'escursione può subire variazioni a discrezione degli accompagnatori, e gli stessi si riservano la facoltà di escludere dall'escursione chi non si presenta con l'attrezzatura richiesta.

I partecipanti devono essere in buone condizioni fisiche, e non avere subito di recente traumi fisici. Per qualsiasi problema o dubbi, contattare l'accompagnatore.



ESCURSIONI

Contributo associativo di partecipazione €10,00 con “Tessera Ordinaria” FederTrek, da esibire alla partenza.

La partecipazione all’escursione è confermata solo dopo un contatto telefonico o l’invio di messaggio.

Importanti regole da rispettare per partecipare alle nostre escursioni in sicurezza riguardo il COVID-19

- **Obbligatorio avere sempre con sé** più di una **mascherina e soluzione alcolica disinfettante** secondo le indicazioni COVID-19. In caso si sporcasse o si bagnasse, è importante avere delle **mascherine di ricambio** e non rimanere sprovvisti.
- **Obbligatorio il Green Pass per chi condivide la macchina**
- **Essere autosufficiente** per quanto riguarda cibo e acqua.
- **Vietato** scambiarsi oggetti di qualsiasi tipo (cibo, bastoncini, cellulare, ecc.)
- Durante la camminata, mantenere la distanza di sicurezza di almeno **2 metri di raggio (due braccia e poco più)**, per via della respirazione che si fa più profonda e vigorosa durante l’attività motoria. Indossare la mascherina in maniera adeguata nei momenti in cui non è possibile rispettare tali distanze, rallentando la camminata per garantire la giusta ossigenazione al proprio fisico
- **I partecipanti devono attenersi scrupolosamente alle indicazioni degli accompagnatori, pena la decadenza del rapporto di affidamento e l’eventuale responsabilità degli stessi**
- **L’accompagnatore verificherà il rispetto delle condizioni di partecipazione all’inizio dell’escursione e potrà prendere decisioni insindacabili per il rispetto delle condizioni di sicurezza**



INFORIDEA
idee in movimento



ESCURSIONI



INFORIDEA
idee in movimento



Associazione Affiliata
FederTrek
Escursionismo e Ambiente



ESCURSIONI

Partecipando a questa escursione contribuirai a sostenere l'Associazione ONLUS "Il Caprifoglio", impegnata nello sviluppo di progetti solidali in Kenia e Uganda. Il programma può subire variazioni in funzione delle condizioni climatiche e ambientali.