



❖ Dal 19 al 21 MAGGIO ESPLORANDO ANTICHI SENTIERI A PONZA E NON SOLO...

**DAL 19 AL 21 MAGGIO
ESPLORANDO ANTICHI SENTIERI A PONZA
E NON SOLO...**



MAGGIORI INFO

www.inforideeinmovimento.org

AEV SABINA BONINI

tel 3492524145 sabina.bonini@libero.it



ESPLORANDO ANTICHI SENTIERI A PONZA E NON SOLO...

Un weekend alla scoperta dell'isola di Ponza camminando su antichi sentieri che attraversano l'isola, arrivando al punto più alto di Monte Guardia e raggiungendo l'estremità orientale di Punta Incenso. Raggiungeremo con un battello privato una delle due isole vicine Zannone o Palmarola per scoprire il loro entroterra.



Un weekend alla scoperta dell'isola di Ponza camminando su antichi sentieri che attraversano l'isola, arrivando al punto più alto di Monte Guardia e raggiungendo l'estremità orientale di Punta Incenso. Raggiungeremo con un battello privato una delle due isole vicine Zannone o Palmarola per scoprire il loro entroterra.

Info, contatti e prenotazione o altro
AEV Sabina Bonini 349 2524145
sabina.bonini@libero.it - whatsapp

Programma

Venerdì 19 maggio:

- appuntamento ore 6:10 alla stazione Termini
- Treno IC701 Roma-Formia Gaeta ore 6:26, arrivo ore 7:33 (orari da confermare)
- Nave Laziomar Formia-Ponza ore 9:00, arrivo ore 11:00 (orari da confermare)
- Si lasciano le valigie in albergo e dopo aver mangiato il pranzo al sacco, si parte per un trek che attraversa l'isola raggiungendo Punta Incenso ammirando panorami suggestivi.
- Cena e pernottamento a Ponza.
- Lunghezza 12km - dislivello 400m - durata ore 5:00

Sabato 20 maggio:

- dopo la colazione si prende il battello privato per raggiungere Zannone dove effettueremo l'escursione per scoprire l'entroterra ricoperto da un bosco di Leccio e le sue coste ricche di vegetazione mediterranea, durante il cammino potremmo scorgere i diversi mufloni che vivono sull'isola. Al termine pranziamo sul battello.
- Arrivo previsto a Ponza nel pomeriggio.
- Cena e pernottamento a Ponza.
- Lunghezza 5km - dislivello 300m - durata 2:30

Domenica 21 maggio:

- dopo la colazione partiremo direttamente dall'albergo per raggiungere Monte Guardia il punto più alto dell'isola, dove si erge il Semaforo e dove il panorama si affaccia sul Faro della Guardia. Pranzo al sacco.
- Al termine riprendiamo i bagagli per dirigerci verso il porto per prendere la Nave Laziomar delle ore 16:00 per raggiungere Formia intorno alle ore 18:00
- Treno IC702 Formia Gaeta-Roma Termini ore 19:22, arrivo ore 20:34 (orari da confermare)
- Lunghezza 8km - dislivello 330m - durata ore 3:00



Costi:

La quota di partecipazione 265,00€

La Quota Comprende:

- 1a mezza pensione
- 3 Trekking
- 1'accompagnatore Inforidea per tutta la durata del weekend.
- Assicurazione medico
- Apertura pratica T.O

La quota non comprende:

- treni, navi e bus, giro in barca con pranzo costo € 30,00
- i pranzi
- tassa di soggiorno da pagare in loco
- tutto quanto non specificato.

Ognuno provvederà autonomamente a comprare i biglietti dei treni una volta data conferma della partenza del viaggio,

Info contatti e prenotazioni

AEV Sabina Bonini 3492524145 - sabina.bonini@libero.it

Versamento anticipo 100,00€ entro il 1 aprile

Versamento saldo 165,00€ entro il 5 maggio

Con bonifico a Inforidea Idee in Movimento

Iban: IT06Y0200805039000400739111

CAUSALE: PONZA NOME E COGNOME DEL PARTECIPANTE

INVIARE COPIA DEL BONIFICO VA MAIL A sabina.bonini@libero.it

Equipaggiamento necessario:

Scarponcini da trek alti alla caviglia con la suola scolpita.

E' consigliabile vestirsi a strati con indumenti traspiranti ed antivento/antipioggia. almeno 2 lt d'acqua. Pranzo al sacco.

Bastoncini da trekking. Zaino adeguato (40 lt).

Equipaggiamento consigliato

Bastoncini da trek, cappello parasole, occhiali, crema solare, costume da bagno.

AVVERTENZA: l'escursione può subire variazioni a discrezione degli accompagnatori, a causa anche delle avversità climatiche 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.

Il viaggio parte con un minimo di 10 partecipanti.