



Data Escursione: dal 11-07-2020 al 12-07-2020

Tabella Tecnica

Proposta da :	NOITREK APS Associazione di Promozione Sociale
Tipologia :	
Dislivello :	1000 m
Ore :	7 ore
Difficoltà :	EE
Lunghezza :	16 km

Descrizione Da una posizione privilegiata ammireremo la bellissima fioritura nella Piana di Castelluccio di Norcia. L'evento della fioritura del Pian Grande, viene solitamente collegato alla fioritura della lenticchia ma in realtà non è così. Le fioriture sono molte e quello a cui assisteremo è uno spettacolo floreale unico al mondo. A Maggio (ma molto dipende dalla piovosità della stagione) iniziano le corolle gialle della senape selvatica insieme ai primissimi papaveri a cui, con il passare dei giorni, si aggiungono le bianche corolle della camomilla bastarda e del leucantemo. Si aggiunge, quindi lo "specchio di Venere", una pianta con un asse fiorale che colora i campi coltivati con un blu che può virare al violetto ed al celeste. Le fioriture vedono il loro culmine tra la metà di Giugno e l'inizio Luglio, quando arriva anche il fiordaliso che dona alla Piana l'ultimo tocco di quel suo particolare violetto. **APPUNTAMENTO:** Appuntamento ore 9.00 A Forca di Presta portarsi il pranzo al sacco e minimo 2 litri di acqua. **1° Giorno;** Il Lago di Pilato da Forca di Presta Il Lago di Pilato, anticamente chiamato Lacum Sibillae, è l'unico bacino naturale di origine glaciale nelle Marche situato a 1.941 mt. s.l.m. sotto la cima del Monte Vettore. Nel 1954 il Professor Marchesoni scoprì che nelle acque del Lago di Pilato era presente un piccolo crostaceo (gamberetto) di colore rossastro con dimensioni di circa 12 mm di lunghezza e caratteristica di nuotare all'indietro con il ventre rivolto verso la superficie. Venne nominato Chirocefalo del Marchesoni ed a oggi risulta essere presente solo in questo luogo. Le sue uova vengono deposte sulle rive e tra le rocce in secca pertanto è assolutamente vietato avvicinarsi alle sue sponde o entrare in contatto con le sue acque. Il suo accesso è severamente interdetto agli animali da compagnia ed ogni comportamento non rispettoso o idoneo. Cena e pernottamento presso Hotel Monastero Valledacqua **2° Giorno,** partenza dall'Albergo arrivo a Castelluccio di Norcia (pranzo al sacco fornito dall'Albergo) La nostra escursione ad anello ci porterà sul Monte Argentella (2201 metri), si percorre un tratto della "strada imperiale", un'antica via di comunicazione, con la quale dopo circa Km.1,7 si raggiunge Forca Viola. Giunti in vetta del Monte Argentella si può avere uno splendido panorama sulla valle dell'Aso, su Castelluccio e il coloratissimo Piano Grande. Proseguiamo quindi in cresta per raggiungere Sasso Borghese (2090 metri) per poi ridiscendere verso il rifugio Capanna Ghezzi. Dopo esserci rifocillati, magari con una birretta ritorniamo alle macchine per il rientro a Roma **DATI TECNICI**
ESCURSIONE: 1° Giorno Km 11,00 Difficoltà EE Dislivello: 1007 m Tempo percorrenza 9 ore Percorso : A/R ACCOMPAGNA AEV Gianni Onorati 3283712494 AEV Emilio Petri 3441197571 **DATI TECNICI** **ESCURSIONE:** 2° Giorno Km 16,00 Difficoltà EE Dislivello: 917 m Tempo percorrenza 8 ore Percorso : Anello ACCOMPAGNA AEV Gianni Onorati 3283712494 AEV Emilio Petri 3441197571 **CONTRIBUTO ASSOCIATIVO DI PARTECIPAZIONE € 70.00** mezza pensione e pranzo al sacco della Domenica +40.00 per Accompagnatori = Totale € 110.00 La quota comprende: - 1 pernottamento in camera doppia - 1 cena (antipasto + primo + secondo + dolce + vino e acqua compresa). - 1 colazione - 1 pranzo al sacco - 2 escursioni - Assistenza di accompagnatori NoiTrek per tutto il periodo. Non comprende il pranzo al sacco del sabato. **INFO E PRENOTAZIONI:** AEV Gianni Onorati **PER PRENOTARSI: INVIARE UN MESSAGGIO SU WHATSAPP AL NUMERO 3283712494** Gli itinerari potranno subire variazioni in base alle condizioni atmosferiche o nel caso in cui i percorsi non fossero ritenuti sicuri dagli accompagnatori. Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento. Tessera FederTrek obbligatoria (possibilità di farla alla partenza 15,00 euro, validità 365 gg dalla data di emissione). Il tesserato ha letto e approva il seguente elenco di misure di sicurezza, di impegnarsi a metterlo in atto in occasione dell'escursione in data odierna e dichiara altresì di liberare gli accompagnatori FederTrek da qualsivoglia responsabilità in merito al rischio di contagi. L'accompagnatore verificherà il rispetto delle condizioni di partecipazione all'inizio dell'escursione e potrà prendere decisioni insindacabili per assicurare il rispetto delle condizioni di sicurezza. **NON** si può prendere parte all'escursione per una qualsiasi delle seguenti ragioni: - se prima di una escursione si lamentano sintomi di infezioni respiratorie (febbre, tosse, raffreddore); - se si ha avuto contatti con persone affette da COVID-19 nei 15 giorni precedenti l'escursione; - se non si è prenotata per tempo la partecipazione all'escursione (non è possibile partecipare in quanto le misure di sicurezza e lo svolgimento delle escursioni sono state organizzate sulla base del numero dei prenotati). Come organizzarsi per partecipare all'escursione: - 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 rimanerne sprovvisti. - Essere autosufficiente per quanto riguarda cibo e acqua. - I partecipanti devono attenersi scrupolosamente alle indicazioni degli accompagnatori, pena la decadenza del rapporto di affidamento e l'eventuale responsabilità degli stessi. Quale distanza tenere dai compagni di escursione: - Con i propri compagni di escursione mantenere sempre la distanza di sicurezza di almeno 1 metro di raggio (poco più di un braccio). Indossare la mascherina quando non è possibile rispettare tali distanze. - Durante la camminata mantenere la distanza di sicurezza di almeno 2 metri di raggio (due braccia e poco più). Indossare la mascherina quando non è possibile rispettare tali distanze. Come ridurre il rischio di contagio: - Non toccarsi occhi, naso e bocca. Ci si infetta facilmente con i patogeni se portati a contatto con le mucose. - Indossare la mascherina, meglio se chirurgica, soprattutto nei momenti di sosta e laddove si sia costretti ad avvicinarsi. - Durante la camminata igienizzare spesso le mani con una soluzione disinfettante, e farlo in particolar modo nel momento di manipolare cibo e bevande. - Portare guanti monouso, da utilizzarsi esclusivamente in caso di necessità. - Se si utilizzano i bastoncini per la camminata, usare sempre le proprie o di un congiunto. - Evitare di affollarsi nei momenti di stazionamento o in prossimità di una strettoia. - Non scambiare cibo e/o bevande con i compagni di escursione. - Manipolare solo il proprio smartphone e non passarlo o farlo manipolare ad un compagno di escursione. - Informarsi sulla difficoltà del percorso e valutare con prudenza la tua forma fisica: dopo un periodo di inattività potresti non essere così preparato come pensi. Per altre escursioni visitare il sito www.noitrek.it

Accompagnatore1: AEV Onorati Gianni
Cell: 3283712494

Accompagnatore2:
Cell:

Informazioni: APPUNTAMENTO: Appuntamento ore 9.00 A Forca di Presta portarsi il pranzo al sacco e minimo 2 litri di acqua. 1° Giorno; Il Lago di Pilato da Forca di Presta Il Lago di Pilato, anticamente chiamato Lacum Sibillae, è l'unico bacino naturale di origine glaciale nelle Marche situato a 1.941 mt. s.l.m. sotto la cima del Monte Vettore. Nel 1954 il Professor Marchesoni scoprì che nelle acque del Lago di Pilato era presente un piccolo crostaceo (gamberetto) di colore rossastro con dimensioni di circa 12 mm di lunghezza e caratteristica di nuotare all'indietro con il ventre rivolto verso la superficie. Venne nominato Chirocefalo del Marchesoni ed oggi risulta essere presente solo in questo luogo. Le sue uova vengono deposte sulle rive e tra le rocce in secca pertanto è assolutamente vietato avvicinarsi alle sue sponde o entrare in contatto con le sue acque. Il suo accesso è severamente interdetto agli animali da compagnia ed ogni comportamento non rispettoso o idoneo. Cena e pernottamento presso Hotel Monastero Valledacqua 2° Giorno, partenza dall'Albergo arrivo a Castelluccio di Norcia (pranzo al sacco fornito dall'Albergo) La nostra escursione ad anello ci porterà sul Monte Argentella (2201 metri), si percorre un tratto della "strada imperiale", un'antica via di comunicazione, con la quale dopo circa Km.1,7 si raggiunge Forca Viola. Giunti in vetta del Monte Argentella si può avere uno splendido panorama sulla valle dell'Aso, su Castelluccio e il coloratissimo Piano Grande. Proseguiamo quindi in cresta per raggiungere Sasso Borghese (2090 metri) per poi ridiscendere verso il rifugio Capanna Ghezzi. Dopo esserci rifocillati, magari con una birretta ritorniamo alle macchine per il rientro a Roma **DATI TECNICI** ESCURSIONE: 1° Giorno Km 11,00 Difficoltà EE Dislivello: 1007 m Tempo percorrenza 9 ore Percorso : A/R ACCOMPAGNA AEV Gianni Onorati 3283712494 AEV Emilio Petri 3441197571 **DATI TECNICI** ESCURSIONE: 2° Giorno Km 16,00 Difficoltà EE Dislivello: 917 m Tempo percorrenza 8 ore Percorso : Anello ACCOMPAGNA AEV Gianni Onorati 3283712494 AEV Emilio Petri 3441197571 **CONTRIBUTO ASSOCIATIVO DI PARTECIPAZIONE** € 70.00 mezza pensione e pranzo al sacco della Domenica +40.00 per Accompagnatori = Totale € 110.00 La quota comprende: - 1 pernottamento in camera doppia - 1 cena (antipasto + primo + secondo + dolce + vino e acqua compresa). - 1 colazione - 1 pranzo al sacco - 2 escursioni - Assistenza di accompagnatori NoiTrek per tutto il periodo. Non comprende il pranzo al sacco del sabato. **INFO E PRENOTAZIONI:** AEV Gianni Onorati **PER PRENOTARSI:** INVIARE UN MESSAGGIO SU WHATSAPP AL NUMERO 3283712494 Gli itinerari potranno subire variazioni in base alle condizioni atmosferiche o nel caso in cui i percorsi non fossero ritenuti sicuri dagli accompagnatori. Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento. Tessera FederTrek obbligatoria (possibilità di farla alla partenza 15,00 euro, validità 365 gg dalla data di emissione). Il tesserato ha letto e approva il seguente elenco di misure di sicurezza, di impegnarsi a metterlo in atto in occasione dell'escursione in data odierna e dichiara altresì di liberare gli accompagnatori FederTrek da qualsivoglia responsabilità in merito al rischio di contagi. L'accompagnatore verificherà il rispetto delle condizioni di partecipazione all'inizio dell'escursione e potrà prendere decisioni insindacabili per assicurare il rispetto delle condizioni di sicurezza. **NON** si può prendere parte all'escursione per una qualsiasi delle seguenti ragioni: - se prima di una escursione si lamentano sintomi di infezioni respiratorie (febbre, tosse, raffreddore); - se si ha avuto contatti con persone affette da COVID-19 nei 15 giorni precedenti l'escursione; - se non si è prenotata per tempo la partecipazione all'escursione (non è possibile partecipare in quanto le misure di sicurezza e lo svolgimento delle escursioni sono state organizzate sulla base del numero dei prenotati). Come organizzarsi per partecipare all'escursione: - 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. - Essere autosufficiente per quanto riguarda cibo e acqua. - I partecipanti devono attenersi scrupolosamente alle indicazioni degli accompagnatori, pena la decadenza del rapporto di affidamento e l'eventuale responsabilità degli stessi. Quale distanza tenere dai compagni di escursione: - Con i propri compagni di escursione mantenere sempre la distanza di sicurezza di almeno 1 metro di raggio (poco più di un braccio). Indossare la mascherina quando non è possibile rispettare tali distanze. - Durante la camminata mantenere la distanza di sicurezza di almeno 2 metri di raggio (due braccia e poco più). Indossare la mascherina quando non è possibile rispettare tali distanze. Come ridurre il rischio di contagio: - Non toccarsi occhi, naso e bocca. Ci si infetta facilmente con i patogeni se portati a contatto con le mucose. - Indossare la mascherina, meglio se chirurgica, soprattutto nei momenti di sosta e laddove si sia costretti ad avvicinarsi. - Durante la camminata igienizzare spesso le mani con una soluzione disinfettante, e farlo in particolar modo nel momento di manipolare cibo e bevande. - Portare guanti monouso, da utilizzarsi esclusivamente in caso di necessità. - Se si utilizzano i bastoncini per la camminata, usare sempre le proprie o di un congiunto. - Evitare di affollarsi nei momenti di stazionamento o in prossimità di una strettoia. - Non scambiare cibo e/o bevande con i compagni di escursione. - Manipolare solo il proprio smartphone e non passarlo o farlo manipolare ad un compagno di escursione. - Informarsi sulla difficoltà del percorso e valutare con prudenza la tua forma fisica: dopo un periodo di inattività potresti non essere così preparato come pensi. Per altre escursioni visitare il sito www.noitrek.it

Nota: Si ricorda ai partecipanti che è obbligatoria l'esibizione della tessera FederTrek e la trascrizione del numero da parte degli accompagnatori. L'attività proposta può subire cambiamenti a discrezione degli accompagnatori per ragioni sicurezza e di opportunità per il gruppo, pertanto ogni tesserato è tenuto a rispettare le modalità di partecipazione stabilite dagli accompagnatori, seguendo le loro indicazioni. In caso contrario, verrà meno il rapporto di affidamento e, quindi, l'eventuale responsabilità verso chi sceglie percorsi o modalità differenti da quelle indicate.