

Data Escursione: dal **21-01-2024** al **21-01-2024****Tabella Tecnica**

Proposta da :	DedaloTrek associazione di promozione sociale
Tipologia :	
Dislivello :	150 m
Ore :	6 ore
Difficoltà :	T/E
Lunghezza :	12 km

**Descrizione**

Scopriamo la Sabina

La via di Francesco tra borghi, cibo e natura

Promuovere il fascino del camminare, scoprire le qualità e le bellezze del territorio, capire come recuperare una dimensione a misura d'uomo, procedere con la velocità utile a poter vedere realmente le cose, assaporare le esperienze vissute lungo il cammino, i luoghi, gli incontri, la natura. Saper apprezzare le emozioni personali e di gruppo.

Questa è la Via di Francesco.

Percorreremo un tratto attraverso un percorso che ci porterà a visitare 2 borghi storici del Lazio, ad immergerti in una natura da favola, un incredibile patrimonio artistico, storico e culturale.

Nel cuore dell'antica terra Sabina andare alla scoperta delle campagne di oliveti fino al monastica delle Clarisse Eremite oltrepassando il cancello d'ingresso dove si ha subito la sensazione di entrare all'interno di un luogo incantato dove sembra che il tempo si sia fermato.

Visitare il borgo di Fara Sabina, tra le mura che racchiudono la chiesa, il Duomo, la torre campanaria, la cisterna e finire la giornata in un altro piccolo borgo, in un'atmosfera di mistico silenzio ed immersa in una natura verdeggiante, FARFA, Caratteristico villaggio sorto intorno alla famosa abbazia.

Cosa aspetti a visitare questi due gioielli della Sabina?

?????? ?? ?????: <https://www.youtube.com/watch?v=v7xdZMV4ju4>

CARATTERISTICHE ESCURSIONE

DIFFICOLTA': T/E

SVILUPPO PERCORSO: Anello

DISLIVELLO: 150 m

LUNGHEZZA 10 km

DURATA: 6 h

ORA E LUOGO DELL'APPUNTAMENTO:

Ore Ore 10.00 Roxy Bar Via Farense, 318, 02032 Coltodino RI

Link Google maps

<https://goo.gl/maps/nDVGwsemjWPss5Tw7>**PER PRENOTARE**

Messaggio whatsapp 338 3144177 indicare nome, cognome, n° tessera Federtrek dei partecipanti.

ACCOMPAGNA

ATUV Cristina Marsan 338 3144177

COSA PORTARE e ABBIGLIAMENTO :

Pranzo al sacco e consigliati 1 litro d'acqua.

Abbigliamento comodo e adatto ad una escursione e alla permanenza in montagna, in natura o in città e di tutto quanto il partecipante ritenga aver bisogno.

Necessario un capo impermeabile da indossare all'occorrenza come strato più esterno protettivo. Scarpe da trekking.

Consigliati i bastoncini telescopici.

QUOTE DI PARTECIPAZIONE:

Contributo associativo di partecipazione con "Tessera Ordinaria" FederTrek, da esibire alla partenza. La partecipazione all'escursione e? confermata solo dopo un contatto telefonico o l'invio di messaggi da parte degli accompagnatori.

AVVERTENZA: l'escursione puo? subire variazioni a discrezione degli accompagnatori, e gli stessi si riservano la facolta? 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

DISPOSIZIONI ANTI COVID-19

Importanti regole da rispettare per partecipare alle nostre escursioni in sicurezza riguardo il COVID-19 - Obbligatorio avere sempre con se? piu? di una mascherina e soluzione alcoolica disinfettante secondo le indicazioni COVID-19. In caso si sporcasse o si bagnasse, e? importante avere delle mascherine di ricambio e non rimanere sprovvisti. - 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 piu?), per via della respirazione che si fa piu? profonda e vigorosa durante l'attivit? motoria. Indossare la mascherina in maniera adeguata nei momenti in cui non e? 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 responsabilit? degli stessi - L'accompagnatore verifichera? il rispetto delle condizioni di partecipazione all'inizio dell'escursione e potra? prendere decisioni insindacabili per il rispetto delle condizioni di sicurezza

Per favore leggi con attenzione le raccomandazioni di FederTrek per partecipare all'escursione in tutta sicurezza:

<http://www.federtrek.org/?p=3836#3n09i7t2r5e2k>

Accompagnatore1: AEV Giuliani Stefano

Cell: 3355690543

Accompagnatore2: ATUV Marsan Cristina

Cell: 3383144177

Informazioni:

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.