



Data Escursione: dal **23-04-2023** al **25-04-2023**

## Tabella Tecnica

Proposta da :	NOITREK APS Associazione di Promozione Sociale
Tipologia :	
Dislivello :	600 m
Ore :	7 ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	16 km

**Descrizione** A poco più di un'ora d'auto da Roma, al confine tra la verde Umbria e il Lazio, c'è uno splendido borgo medievale. Un posto dal fascino del tutto particolare che ha ispirato pittori, fotografi, letterati e registi. Andremo alla scoperta di Narni, situata su un selvaggio sperone di roccia lambito dal Nera, principale affluente del Tevere. Un luogo intriso di storia, tradizioni e miti secolari capace di regalare scorci magnifici. Nelle sue vicinanze effettueremo bellissimi percorsi escursionistici immersi nella natura, ma anche di notevole interesse culturale. Narni infatti, anche se meno nota delle vicine Orvieto e Spoleto, è uno dei luoghi più suggestivi dell'Umbria tanto che nel XVIII secolo divenne una meta del Grand Tour apprezzata dai nobili europei. L'atmosfera magica che la caratterizza da tempo immemore è talmente peculiare da aver ispirato, come si può intuire dal nome, le celeberrime cronache di Narnia (suo antico nome al tempo dei Romani), una serie di romanzi fantasy di gran successo dello scrittore americano C.S. Lewis. La storia di Narni è davvero ricca di eventi e segnata dalle tante testimonianze che ammireremo lungo i nostri trekking. Nel corso di questo fine settimana davvero speciale avremo modo d'incontrare luoghi abitati fin dal Neolitico (come testimoniano diversi reperti) e altre meraviglie: a partire dal monumentale Ponte romano di Augusto e la cosiddetta Narni Sotterranea, legata all'Inquisizione e alla Massoneria. Nel ventre della cittadina storia, arte e un po' di mistero vanno a braccetto... Narni e i suoi dintorni ci faranno immergere completamente nelle tradizioni dell'antica Umbria. Una bel weekend in questi posti è l'ideale per respirare pace e tranquillità e assaggiare le specialità eno-gastronomiche del territorio. Senza dimenticare l'ottima pasticceria narnese. Dallo spettacolo naturale delle Gole del Nera, tra acque cristalline e paesaggi da fiaba, alla semiasconosciuta Foresta Fossile di Dunarobba, dalle magnifiche Cascate delle Marmore a una delle tappe più belle del Cammino dei Borghi Silenti. Tante meraviglie da esplorare e scoprire ci attendono. **CARATTERISTICHE ESCURSIONI** Difficoltà: E Dislivello: 400/800 mt Lunghezza: 12/20 km Durata: 7 ore **NON SONO PRESENTI PUNTI ESPOSTI ?** **APPUNTAMENTO** Domenica 23 aprile 2023 - ore 09.30 Luogo che verrà comunicato in seguito ?? **PER PRENOTARE** via Whatsapp [wa.me/+393498027433](https://wa.me/+393498027433) indicando nome e cognome dei partecipanti, n° tessera Federtrek **ACCOMPAGNA AEV** Andrea Di Marcoberardino 3498027433 Archeologo Antonio Rossi ? **COSA PORTARE - ABBIGLIAMENTO** Obbligatorio l'utilizzo di scarpe da trekking (NO Scarpe da ginnastica) Zaino adatto al trasporto del necessario per la giornata; Abbigliamento adatto ad una escursione e alla permanenza in montagna o in natura e di tutto quanto il partecipante ritenga aver bisogno. Necessario un capo impermeabile da indossare all'occorrenza come strato più esterno protettivo, felpa o pile, guanti e cappello, consigliata una torcia frontale e bastoncini. Raccomandato almeno 1 litro d'acqua, pranzo al sacco e snack energetici (frutta secca, cioccolata, barrette) Qualora gli accompagnatori giudicassero non adeguato l'equipaggiamento posseduto dall'escursionista potranno escluderlo dall'attività per ragioni di sicurezza. **CONTRIBUTO ASSOCIATIVO DI PARTECIPAZIONE** L'organizzazione dell'evento ed il relativo contributo di partecipazione, quale rimborso delle spese di gestione dell'evento, è stabilito dall'accompagnatore che ne determina l'importo in funzione dei diversi livelli di impegno e difficoltà delle escursioni. Contributo di partecipazione: € 170 per 3 trekking e 2 notti. **LA QUOTA COMPRENDE:** - 2 notti e 3 giorni in trattamento di B&B presso Hotel 3 stelle a Narni, in camera doppia. - Tassa di soggiorno **LA QUOTA NON COMPRENDE:** - Pranzi al sacco e cene: si cenerà in trattorie e ristoranti convenzionati insieme agli accompagnatori. Nelle immediate vicinanze degli alloggi è presente un supermercato. - Spese di viaggio e tutto quanto non previsto ne "la quota comprende". **IL WEEKEND E' ORGANIZZATO IN COLLABORAZIONE CON L'AGENZIA DI VIAGGI QUATTRO VACANZE.** Tutti i soci partecipanti dovranno versare obbligatoriamente una caparra di € 50, non rimborsabile se non per motivi comprovati di salute o forza maggiore all'agenzia "Quattro Vacanze". Intestazione: ITACASOLUZIONI SRL BY QUATTROVACANZE IBAN IT13P053850320000000002915 specificando nella causale: "Acconto - Nome e Cognome – NARNI 23 24 25 APRILE con NoiTrek" N.B Prima di procedere con la prenotazione è necessario contattare gli accompagnatori. Prenotazioni fino ad esaurimento dei posti disponibili Inviare copia del bonifico unitamente ai vostri dati anagrafici su whatsapp al 3498027433 indicando eventuali intolleranze alimentari. Per la sottoscrizione o rinnovo della tessera scarica il modulo al seguente link: [https://www.noitrek.it/.../NOITREK\\_Modulo\\_iscrizione...](https://www.noitrek.it/.../NOITREK_Modulo_iscrizione...) **ELENCO COMPLETO DELLE ESCURSIONI SU:** Visita il sito: [www.noitrek.it](http://www.noitrek.it) Seguici su Telegram: <https://t.me/joinchat/WNnU7RPz-Z7-5AeX> Metti "mi piace" alla nostra pagina ufficiale: <https://www.facebook.com/Noitrek> Iscriviti al gruppo della nostra comunità: <https://www.facebook.com/groups/467008183834051/> ?? **CHI VUOLE RICEVERE LA NOSTRA NEWSLETTER PUÒ ISCRIVERSI:** – Alla nostra mailing list tramite questo link: <https://www.noitrek.it/newsletter/> – Al nostro canale Telegram: <https://t.me/joinchat/WNnU7RPz-Z7-5AeX> Visita il nostro sito [www.noitrek.it](http://www.noitrek.it)

**Accompagnatore1:** AEV Di Marcoberardino Andrea  
**Cell:** 3498027433

**Accompagnatore2:**  
**Cell:**

**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.