



Data Escursione: dal 24-09-2023 al 24-09-2023

**Tabella Tecnica**

Proposta da :	NOITREK APS Associazione di Promozione Sociale
Tipologia :	
Dislivello :	42 m
Ore :	7 ore
Difficoltà :	T
Lunghezza :	17 km

**Descrizione**

Sul litorale romano di Ostia si estende l'incantevole pineta di Castel Fusano, la più straordinaria riserva Naturale in area urbana. Questo polmone verde dal 1980 è un'area protetta e con i suoi quasi 1000 ettari di estensione è la più ampia area verde di Roma.

Ospita le importanti testimonianze archeologiche della Via Severiana, con il caratteristico basolato di epoca romana, della cosiddetta Villa di Plinio e di una basilica paleocristiana.

In questo straordinario patrimonio storico e naturale faremo una camminata lunga ma facile in cui visitare luoghi della nostra cultura e meraviglie di un bosco incantato fatto di Lecci secolari che con le loro forme evocano personaggi fiabeschi.

Attraverseremo sentieri avvolti dal profumo della Grande Storia Romana e di quella più recente ma, non meno affascinante, del fiabesco Borghetto dei Pescatori.

Termineremo l'escursione sdraiandoci sulla spiaggia solo per rilassarci con le onde del mare o per praticare la "dedicata" seduta di yoga: SALUTO ALL'ESTATE.

E poi quel chioschetto miraggio sulla spiaggia per godere di questa esclusiva Domenica di fine estate a conversare allegramente con una nuova amica, con un vecchio amico ritrovato.

Il luogo per l'incontro è raggiungibile anche con il treno Roma/Lido.

**CARATTERISTICHE ESCURSIONE**

Difficoltà: T

Dislivello: 42

Lunghezza: 17 km

Durata: 7 ore

GIRO AD ANELLO

APPUNTAMENTO

Domenica 24 Settembre ore 9,30. Il punto d'incontro verrà comunicato ai partecipanti

?? PER PRENOTARE

via Whatsapp indicando nome e cognome dei partecipanti, n° tessera Federtrek (si può attivare la mattina dell'escursione)

ACCOMPAGNANO

AEV Vinicio La Pietra 3457345608

<http://wa.me/3457345608><https://www.facebook.com/vinicio.lapietra.9>

Yoga Teacher Vinicio La Pietra L'evento è riservato ai soci Federtrek in regola con il tesseramento (tessera Federtrek 15 €, ove non presente, durata 365 gg dalla sottoscrizione).

Chi non possiede la tessera potrà sottoscriverla il giorno stesso dell'escursione avendo avuto cura di indicare nel messaggio whatsapp anche luogo e data di nascita e di compilare e presentare all'accompagnatore l'apposito modulo scaricabile al seguente link:

<https://www.noitrek.it/tesseramento/>

ANNULLAMENTO/MODIFICHE

Gli accompagnatori a loro discrezione, si riservano il diritto di annullare o modificare l'itinerario proposto per garantire la sicurezza, in funzione delle condizioni meteo, del sentiero o degli stessi partecipanti.

Il partecipante già prenotato all'escursione che non potesse partecipare, dovrà avvisare per tempo l'accompagnatore per ragioni

organizzative.

#### DISPOSIZIONI ANTI COVID-19

In forza delle disposizioni anti COVID-19 non è possibile organizzare il car pooling e assegnare i posti.

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

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

#### COSA PORTARE - ABBIGLIAMENTO

Abbigliamento idoneo a una escursione e alla permanenza in montagna o in natura, in particolare:

Calzature da trekking (obbligatorie, no scarpe da ginnastica), Zaino adatto al trasporto del necessario per la giornata.

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

Se del caso, felpa o pile, guanti e cappello, consigliata una torcia frontale e bastoncini.

Raccomandato almeno 1,5 litri d'acqua, pranzo al sacco e snack energetici (frutta secca, cioccolata, barrette).

Gli accompagnatori sono a disposizione per suggerimenti e indicazioni utili.

Qualora gli accompagnatori giudicassero non adeguato l'equipaggiamento posseduto dall'escursionista potranno non accettarne la partecipazione all'attività.

#### CONTRIBUTO DI PARTECIPAZIONE

Se in possesso di tessera Federtrek Adulti € 15 Minorenni € 10

Per chi deve sottoscrivere la tessera: adulti € 15 tessera + contributo di partecipazione € 10

Minorenni € 5 tessera + contributo di partecipazione € 5

L'organizzazione dell'evento ed il relativo contributo di partecipazione, quale rimborso delle spese di gestione dell'evento, è competenza dell'accompagnatore che ne determina l'importo in funzione dei diversi livelli di impegno e difficoltà delle escursioni.

? Prenotando la partecipazione all'escursione si accetta di entrare a far parte di una chat WhatsApp dedicata all'evento al fine di ricevere tutte le indicazioni tecniche e logistiche.

Nel giro di un paio di giorni, dopo aver permesso a tutti lo scambio delle foto, la chat verrà eliminata.

? Coloro che hanno bisogno di un passaggio auto lo comunichino in fase di prenotazione.

Sarà nostra premura mettervi in contatto con gli escursionisti automuniti al fine di condividere il viaggio e le spese relative.

Sarà premura dei proprietari delle auto e degli eventuali passeggeri accordarsi per stabilire il punto d'incontro e l'orario consono per giungere a destinazione in tranquillità.

#### ELENCO COMPLETO DELLE ESCURSIONI

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>

**Accompagnatore1:** AEV/ATUV La Pietra Vinicio

**Cell:**

**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.