



www.gardacanyon.it

CANYONING - TREKKING - LAGO DI GARDA E LAGO D'IDRO - ARRAMPICATA - ORIENTEERING

Trekking sull'Appennino Umbro Il cA.m.M.ino di S. Francesco

Venerdì 8 – sabato 9 – domenica 10 dicembre 2017

Il più famoso è quello di Santiago, in Spagna, ma anche l'Italia ha i suoi cammini: dalla Toscana all'Umbria, un sentiero percorso da San Francesco nel 1213 per recarsi da Chiusi della Verna e Rieti. Gardacanyon, con le proprie guide, propone la parte centrale di questo meraviglioso percorso, da Gubbio a Spello, passando da Assisi. Ci addenteremo nel cuore dell'Umbria ed avremo modo di ammirare paesaggi incantevoli, dominati dai dolci e coloratissimi pendii appenninici. Attraverseremo boschi secolari, incontreremo eremi selvaggi, conosceremo piccoli borghi medievali, intrisi di storia e tradizioni. Un cammino, anche interiore fatto di riflessione, che appagherà dal punto di vista panoramico sportivo e storico, senza tralasciare la possibilità di assaporare squisiti piatti tipici umbri e di condividere con il gruppo magiche emozioni.

DIFFICOLTA': ITINERARIO ESCURSIONISTICO ADATTO A TUTTI

1° g.: Gubbio - Biscina D: 750 m T di percorrenza: 6,5 ore L: 16 km

2° g.: Biscina - Assisi D: 900 m T di percorrenza: 8 ore L: 30 km

3° g.: Assisi - Spello D: 830 m T di percorrenza: 7 ore L: 16 km

EQUIPAGGIAMENTO: ZAINO - GIACCA A VENTO (idrorepellente) - SCARPONI - FELPA IN PILE - INDUMENTI RICAMBIO - PANTALONI LUNGI - OCCHIALI DA SOLE - GUANTI - BORRACCIA - VIVERI PER PRANZO - BASTONI DA TREK - COPRIZAINO - CAPPELLO TRASPIRANTE - OMBRELLINO - PILA FRONTALE

NOTE VARIE: Si consiglia di isolare il materiale di ricambio con sacchetti di cellophane. PRANZO AL SACCO A MEZZOGIORNO

PERCORSO AUTOMOBILISTICO:

BS - Modena - Cesena - Fano - Gubbio.



ISCRIZIONI ENTRO domenica 05.11.17 con caparra di 50,00 €

Dettagli e costi ai recapiti sottoindicati

Punto di ritrovo : PARK AUTOSTRADA A4 BS CENTRO ORE 6:30

**Per prenotazione e maggiori informazioni,
telefonare o inviare una e-mail ai seguenti recapiti:**

PAOLA MENEGATO

Tel.: 3388328830

paola@gardacanyon.it

UGO MARIANI

info@gardacanyon.it

NICOLA DANESI

Tel.: 3484452357

nicola@gardacanyon.it

