



Associazione Sportiva *MANGIA TREKKING
www.mangiatrekking.it ---- email: mangiatrekking@gmail.com;



FASE 3 CORONAVIRUS – RISPETTO DELLE NORME SANITARIE

PROGRAMMA ESCURSIONI di GRUPPO (Settembre 2020)

Data	Partenza	Arrivo – Tipo Attività	Percorso	Note
6 Settembre	Aulla (uscita Autostrada) (ore 9.00)	Segue Locandina	APPENNINO TOSCO EMILIANO Alpe di Succiso e Casarola	Pranzo al sacco Grado di difficoltà : E Info & Prenò 347 4772664 ***
13 Settembre	S.Stefano (Decathlon) (ore 9.00)	Segue Locandina Comune di Stazzema	ALPI APUANE Anello di Monte Gabberi	Pranzo al sacco e/o possibile degustazione tipica Grado di difficoltà : E Info & Prenò 347 4772664 ***
27 Settembre	Rebocco (Farmacia) (ore 9.00)	Segue Locandina	GOLFO DEI POETI – CINQUE TERRE La Spezia - Vernazza	Pranzo al sacco Grado di difficoltà : E Info & Prenò 347 4772664 ***

VEDASI: Manut. Segnat. Monit. Sentieri : in VAL di VARA, nei PARCHI - CINQUE TERRE, PORTO VENERE e ALPI APUANE - Comuni di : Riccò del Golfo, Ventasso , Varese Ligure, Rocchetta di Vara, Stazzema – Info & Prenò 375 5563557

***** SI EFFETTUA SOLTANTO CON CONDIMENTEO FAVOREVOLI**

- 18 Settembre 2020 (**Recupero**) – Alta Via dei Monti Liguri – Passo dei Casoni – **Vedasi Locandina** – Serale Notturna

REGOLAMENTO:



- I partecipanti all'escursione, anche se conoscono il percorso, non dovranno mai lasciare il gruppo e/o percorrere itinerari diversi. (Il problema anche di un solo escursionista è il problema di tutto il gruppo).
- Le Guide Gita si riservano il diritto di non accettare nel gruppo tutti coloro che non saranno ritenuti idonei al percorso o che non saranno adeguatamente equipaggiati
- La partecipazione alle escursioni implica il pieno rispetto di tutte le decisioni che le Guide Gita riterranno opportuno prendere per garantire il regolare svolgimento dell'escursione.



IMPORTANTE: L'Associazione effettua solitamente percorsi su sentieri o su tracce, sia sul livello del mare che a quote elevate. I percorsi possono essere esposti, su pendii erbosi o detritici, su tratti nevosi, con passaggi attrezzati non impegnativi. Svolge attività stagionali di Ciaspolatrekking e Campi Tenda. Richiedono equipaggiamento e preparazione fisica adeguata. Conoscenza della montagna e senso di orientamento.



BAZZÀ
VENDITA E RIPARAZIONE MACCHINE DA GIARDINO
Via delle Piscine, 61 - 54028 Villafranca in Lunigiana (MS)
Tel. 0187 493144
Via Cocchi, 18 - 54011 Aulla (MS)
Tel. 0187 027081

Lo Scoiattolo
di Miriam Lombardi
Via Biassini, 12 - La Spezia



ALPSTATION SARZANA
Via Variante Aurelia, 7
19038 Sarzana (La Spezia) ITALIA
Tel. +39 0187 624389