LA MAGIA DELLA NEVE - SCI e CIASPOLE con STARTREKK

Data Escursione:	14 Gennaio 2022 al 16 Gennaio 2022

Tabella Tecnica

Tipologia :	WeekEnd
Dislivello :	300m 450m mt
Ore :	5/7 ore ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	6Km 11Km 13Km km
Accompagnatore 1:	Muzio
Accompagnatore 2:	Di Paolo

La neve, lo sci in pista e la serenità di un paesino di montagna immerso nel Parco Nazionale D'Abruzzo ci attendono per un weekend all'insegna del divertimento e del buon umore a Pescasseroli.
Tre giorni e due notti in hotel 3 stelle, con la possibilità di ciaspolare con le nostre guide e/o sciare in pista con i nostri maestri pronti a ripartire dai fondamentali per chi è fermo da un po' o per chi si approccia per la prima volta a questa disciplina, oppure per perfezionare la tecnica per chi già sa sciare.

Potrete scegliere tre differenti opzioni:

- **SOLO CIASPOLE** con 3 ciaspolate (venerdì sera, sabato e domenica)

- **CIASPOLE e SCI SOFT** con 2 ciaspolate (1 serale il venerdì e l'altra la domenica) e 4 ore di lezione collettiva nella giornata di sabato.

- **CIASPOLE e SCI FULL** con 1 ciaspolata serale il venerdì e 8 ore di lezione collettiva sabato e domenica (4 ore al giorno)

IMPORTANTE: Per chi aderirà ad uno o più giornate sugli sci ricordatevi di comunicare il livello tecnico al momento della prenotazione (principiante o livello avanzato)

VENERDI' 14 GENNAIO 2022
CIASPOLANDO SOTTO LE STELLE con APERITIVO CENATO in BAITA

PROGRAMMA:
- Ore 13,00 appuntamento a Roma
- Arrivo a Pescasseroli e sistemazione in hotel.
- Ore 17,00 Incontro con le guide al piazzale degli impianti e partenza per l'escursione

Ci incammineremo all'imbrunire verso il Vallone Pesco di Iorio, ci immergeremo in una splendida faggeta e con l'aiuto delle torce affronteremo una lieve salita fino a raggiungere la piccola baita dello Stazzo Ceraso dove ci attenderà un piacevole aperitivo in quota.
E dopo l'aperitivo, recuperate le energie dritti verso valle!!!

DATI TECNICI ESCURSIONE:
DIFFICOLTA': E-FACILE

DISLIVELLO: CIRCA 300m
DISTANZA: CIRCA 6 KM
DURATA: CIRCA 4/5 ore

-Rientro in hotel, serata libera e pernottamento.

SABATO 15 GENNAIO 2022

Sveglia e colazione in hotel
Ritiro pranzo al sacco
Inizio attività scelte

GIORNATA SUGLI SCI

PROGRAMMA:
-Ore 11,00-13.00 e 14.00-16.00 lezione di sci collettiva
-Ore 16,30 rientro in hotel e pomeriggio libero
-Ore 20,00 tutti a cena!!!

IMPORTANTE: E' necessario raggiungere il piazzale degli impianti in tempo utile per fare lo skipass e noleggiare l'attrezzatura per chi non la possiede.

GIORNATA in ESCURSIONE:
"L'INCANTO DELLA CICERANA"

PROGRAMMA:
-Ore 9.00 Incontro con la guida
-Ore 16,30 rientro in hotel e pomeriggio libero
-Ore 20,00 tutti a cena!!!

Ci sposteremo con le auto fino all'attacco del sentiero. Ciaspole ai piedi, si parte per una facile escursione in una delle zone più selvagge del Parco D'Abruzzo. Faggi secolari, tracce di fauna selvatica, la neve che "scricchiola" sotto i nostri piedi, questi gli ingredienti di una piacevole giornata sulla neve. Andremo nella zona della Cicerana, nella Faggeta di Selva Moricento, una delle faggete secolari più antiche d'Europa, tanto da meritarsi il riconoscimento dell'Unesco a patrimonio mondiale dell'Umanità. Foreste ricche di biodiversità, che conservano alberi centenari, patriarchi che superano 500 anni d'età e specie molto rare ed endemiche.
Sulla via del rientro, ci sarà ad attenderci il calore dell'Ecorifugio della Cicerana, dove sarà possibile consumare qualcosa di caldo.
Recuperate le energie, zaino in spalla, si rientra verso Pescasseroli.

DATI TECNICI ESCURSIONE:
DIFFICOLTA': E-Facile
DISLIVELLO: CIRCA 300m
DISTANZA: CIRCA 11 KM
DURATA: CIRCA 6 ore

DOMENICA 16 GENNAIO 2022

Sveglia e colazione in hotel
Ritiro pranzo al sacco
Inizio attività scelte

GIORNATA SUGLI SCI

PROGRAMMA:
-Ore 11,00-13.00 e 14.00-16.00 lezione di sci collettiva
-Ore 16,30 recupero bagagli

-Ore 17,00 saluti e rientro a casa!

IMPORTANTE: E' necessario raggiungere il piazzale degli impianti in tempo utile per fare lo skipass e noleggiare l'attrezzatura per chi non la possiede.

GIORNATA in ESCURSIONE:
"LA FAGGETA CENTENARIA DI MONTE TRANQUILLO"

PROGRAMMA:
-Ore 9.00 Incontro con la guida presso il maneggio Valle Cupa e partenza per l'escursione
-Ore 16,00 fine escursione e rientro in hotel per recupero bagagli
-Ore 17,00 saluti e rientro a casa!

Ci sposteremo con le proprie auto fino al maneggio Vallecupa, indossate le ciaspole "ci tufferemo" in un mondo fatato. Faggi secolari, dall'aspetto animato, un'atmosfera fiabesca ci accompagnerà per tutta la giornata. Doline, spazi aperti, tracce di animali ad indicarci la strada, raggiungeremo il Santuario di Monte Tranquillo, una volta dimora per viandanti, ora una piccola chiesetta che ospita la Madonnina Nera, protettrice di Pescasseroli. Consumato il nostro pranzo al sacco, affronteremo una divertente discesa verso valle.

DATI TECNICI ESCURSIONE:
DIFFICOLTA': E-Media
DISLIVELLO: CIRCA 450m
DISTANZA: CIRCA 13 KM
DURATA: CIRCA 7 ore

MATERIALE ED EQUIPAGGIAMENTO ESCURSIONI
Scarponcini da trekking (NO SCARPE da GINNASTICA, NO SCARPE BASSE NON IMPERMEABILI), ghette, zaino, bastoncini, T-shirt traspirante (anche una di ricambio), pile o maglione, K-way e giacca antivento (possibilmente in gore-tex), pantaloni comodi per camminare(lunghi), acqua (almeno 1,5lt), pranzo al sacco, cappello, guanti, occhiali da sole, crema solare, macchina fotografica.
IMPORTANTE: Scarpe comode per il viaggio e post-escursione!

MATERIALE ED EQUIPAGGIAMENTO SCI
Abbigliamento da sci (giacca e pantalone impermeabile), cappello, guanti,scaldacollo, occhiali da sole o maschera, crema solare, calzini tecnici.

OPZIONE CIASPOLE
COSTO: €200,00 a persona

La quota comprende:
- 2 pernottamenti per una persona in Hotel 3 stelle con trattamento di Bed&Breakfast, in camera doppia/tripla.

- 1 aperitivo cenato in baita

- 1 cena in hotel

- 2 pranzi al sacco preparati dall'hotel

- noleggio ciaspole per tre giorni

- 3 escursioni guidate inclusa assicurazione per la durata dell'evento

OPZIONE CIASPOLE E SCI SOFT
COSTO: €245,00 a persona

La quota comprende:
- 2 pernottamenti per una persona in Hotel 3 stelle con trattamento di Bed&Breakfast, in camera doppia/tripla.

- 1 aperitivo cenato in baita

- 1 cena in hotel

- 2 pranzi al sacco preparati dall'hotel

- noleggio ciaspole per 2 giorni

- 2 escursioni guidate inclusa assicurazione per la durata dell'evento

-4 ore di lezione di sci collettiva nella giornata di sabato

OPZIONE CIASPOLE E SCI FULL
COSTO: €290,00 a persona

La quota comprende:
- 2 pernottamenti per una persona in Hotel 3 stelle con trattamento di Bed&Breakfast, in camera doppia/tripla.

- 1 aperitivo cenato in baita

- 1 cena in hotel

- 2 pranzi al sacco preparati dall'hotel

- noleggio ciaspole per 1 giorno

- 1 escursione guidata (la sera del venerdì) inclusa assicurazione per la durata dell'evento

-8 ore di lezione collettiva divise nelle giornate di sabato e domenica (4 ore al giorno)

La quota non comprende:
- pranzo del venerdì
- viaggio a/r da Roma
- eventuale supplemento camera SINGOLA (€15,00 a notte)
- skipass e noleggio attrezzatura da sci
- tassa di soggiorno e tutto quanto non previsto alla voce "La quota comprende".

ACCOMPAGNATORI:
Silvia Muzio 3934805965
Michela Di Paolo 3398976847

1^ APPUNTAMENTO:
ore 13.00 Bar Antico Casello, Via Tiburtina 954, (Fermata metro Rebibbia)
N.B:La conferma di prenotazione riguarda esclusivamente l'escursione, per la possibilità di passaggio contattare le guide via mail, tramite WhatsApp o telefono.

2^ APPUNTAMENTO:
ore 15.00/16.00 Pescasseroli

NOTE AGGIUNTIVE:
In caso di utilizzo di auto private a pieno carico, i costi di carburante e autostrada vengono divisi dagli occupanti della macchina (massimo 2 su ogni fila posteriore) escluso il proprietario del veicolo.

? PRENOTAZIONI: https://www.startrekk.it/prenotazionismart.php?id=1171
Per confermare è richiesto il versamento della caparra di € 80,00 da versare direttamente all'hotel.
Per informazioni, conferme e per i dati per l'acconto contattare le guide.

N.B. L’itinerario proposto potrà subire variazioni ad insindacabile giudizio dell’accompagnatore sulla base delle condizioni di sicurezza che saranno valutate prima e durante dell’escursione.
IMPORTANTE:
vi chiediamo di leggere con attenzione le linee guida stabilite dalla Federtrek per questo inizio di escursioni:
??????????????
? Linea guida da tenere durante le escursioni:
TESSARATI http://www.federtrek.org/?p=3836

Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento.

Tessera Federtrek 15,00 euro, con possibilità di farla il giorno stesso.
Per velocizzare le operazioni di emissione della tessera stampa il modulo allegato e portalo con te già predisposto e firmato
https://www.startrekk.it/pdf/tessera.pdf