



ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA
FOLLETTI DEL MORRONE

Dal Programma 2018

Trekking alla scoperta dell' Alta Toscana

"Il fascino delle ALPI APUANE e l'arte delle città di LUCCA e PISA"

28 APRILE

LUCCA: LA CITTA' FORTIFICATA

- Partenza da Tocco da Casauria alle ore **8.00** (altre eventuali località da definire)
- Arrivo a Lucca alle ore 13/13.30 e parcheggio pullman fuori le mura
- Pranzo al sacco sulle mura
- Giro della cinta muraria cinquecentesca (km 4,500 - 1 ora circa di camminata)
- Visita del centro storico e dei monumenti più importanti: Anfiteatro Romano - Chiesa di San Frediano – Duomo – Via Fillungo ecc.
- Ore 18:30 arrivo presso l' Agriturismo "La Grotta" nelle colline di San Giuliano Terme e sistemazione per il pernottamento
- Ore 20: cena tipica a km zero



29 APRILE

LE ALPI APUANE: MONTE PROCINTO - MONTE FORATO

- Dopo la colazione, alle 7.30 partenza per località Alto Matanna (1034 m)
- Ore 9,15 inizio escursione
- Rientro in agriturismo
- Ore 20: cena tipica a km zero



DESCRIZIONE ESCURSIONE

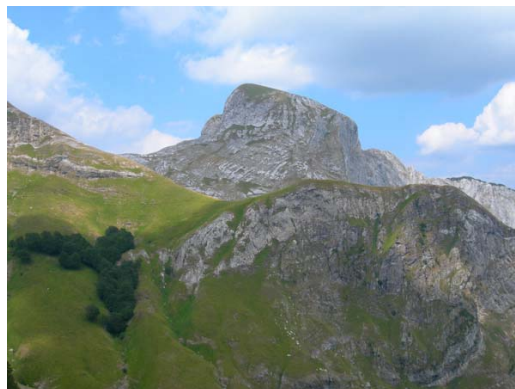
Breve salita loc. Callare 1139 m sentiero N° 5 - Discesa verso Rifugio Forte dei Marmi 852 m - sentiero N° 121 intorno al Monte Procinto fino a loc. Moscoso 798 m – sentiero N° 6 Foce di Petroschiana 961 m – Variante di ferrata - Monte Forato 1223 m - ore 13 circa pranzo al sacco presso Monte Forato.

Ritorno: sentiero N° 12 e 131 per foce di Petroschiana - sentiero N° 6 e N° 109 per foce delle Porchette 982 m. Da qui si continua sullo stesso sentiero dell'andata fino a loc. Matanna girando intorno al Monte Nona

30 APRILE

LE ALPI APUANE: MONTE SUMBRA

- Dopo la colazione, alle 7.30 partenza per loc. Maestà del Tribbio (1157 m)
- Ore 9,30 inizio escursione
- Rientro in agriturismo
- Ore 20: cena tipica a km zero



DESCRIZIONE ESCURSIONE

Sentiero N° 145 in mezzo a boschi di faggi e poi sul crinale Nord-Est fino alla sommità del Monte Sumbra 1765 m - ore 13 circa pranzo al sacco in vetta e ritorno nel primo pomeriggio al pulmino. Possibilità di visita a Campocatino e all'eremo di S. Viano

01 MAGGIO

PISA: ANTICA REPUBBLICA MARINARA E “MUSEO A CIELO APERTO”

- Dopo la colazione, con il pulmino ci si dirige a Pisa, dove visiteremo alcuni tra i monumenti più importanti della città: piazza del Duomo, detta Piazza dei Miracoli, dichiarata patrimonio dell'umanità, con la Cattedrale edificata tra il 1063 e il 1118 in stile romanico pisano e la Torre pendente, campanile del XII secolo. Pranzo al sacco.
- Alle **ore 17.30** si riparte per il rientro.
- Arrivo previsto alle ore 22.00/22.30 a Tocco da Casauria



La quota individuale di partecipazione è di € 260,00 (280,00 per i non iscritti) e comprende:

- L'intero viaggio a/r con pullman GT
- Pernottamento e mezza pensione in agriturismo "La Grotta"

- Guida turistica e guida escursionistica

La quota non comprende:

- Pranzi al sacco o su struttura in loco durante il trekking
- Eventuali biglietti di ingresso per visite a monumenti o musei

Per partecipare alla gita è necessaria l'iscrizione all'A.S.D. Folletti del Morrone. Il costo della tessera è di € 20,00, con validità annuale per la copertura infortuni.

La prenotazione si intende effettuata al versamento **dell'acconto di € 130,00 (€ 150 per i non tesserati)**, sia su cc/postale n.° 51760072 intestato a: A.S.D. Folletti del Morrone - Via Palombara, 19 - Tocco da Casauria sia con bonifico bancario intestato a: A.S.D. Folletti del Morrone - Banca Popolare di Bari - Agenzia Tocco da Casauria - Codice IBAN: IT62 A054 2477 4400 0000 0150 302.

LE ISCRIZIONI SI CHIUDERANNO NON APPENA RAGGIUNTO IL NUMERO DI 18 PARTECIPANTI

Per info e contatti: 348/4288866 (Sabrina) o info@follettidelmorrone.it