



TREKKINGITALIA

Associazione Amici del Trekking e della Natura

Sede di Roma - Via La Spezia, 48A cap 00182 - presenza in sede: venerdì ore 19,00-21,00

Telefono per il trek in programma: 334 7673603 - internet: www.trekkingitaliaroma.it

Telefoni per informazioni: Ivana 338 4892513 – Giulia 348 5723442 – mail: info@trekkingitaliaroma.it

***Il trek: Lazio – Le Isole Ponziane
da venerdì 16 a domenica 18 maggio 2008
Trek residenziale***

Si tratta di un trek molto rilassante e panoramico per assaporare pienamente colori e profumi, fauna e flora delle isole ponziane in tarda fioritura primaverile. Ci soffermeremo spesso ad ammirare i panorami e la natura imbracciando le nostre macchine fotografiche, e cercheremo di tornare a casa con un ricordo intenso grazie ai ritmi decisamente tranquilli del trek. Saranno numerose le pause che ci concederemo, e l'attenzione alla fotografia giocherà un ruolo importante, soprattutto a Zannone isola incontaminata e ricca di avifauna.

1° giorno: ore 6.30 ritrovo al binario 1 della stazione di Roma Termini; treno Roma-Formia; ore 9.00 traghetto Formia-Ponza; ore 11.30 arrivo a Ponza e sistemazione bagagli; partenza per un trek sul Monte Guardia e Faro della Guardia (dislivello massimo 200 mt.). Cena e pernottato a Ponza.

2° giorno: alle ore 9.30 partiremo con barca privata (15 metri) alla volta di Zannone: è un'isola a poca distanza da Ponza che fa parte del Parco Nazionale del Circeo, dove vive una colonia di mufloni selvatici... munirsi di binocolo!! Al rientro faremo una navigazione su un lato dell'isola di Ponza per conoscerla anche da un altro punto di osservazione. Cena e pernottato a Ponza.

3° giorno: rimarremo a Ponza e scopriremo tutta la zona di Punta Incenso, comprese le piccole calette. Ore 14.00 traghetto Ponza-Formia; ore 17.00 arrivo a Formia; rientreremo a Roma Termini con il primo treno disponibile.

Quota indicativa: 280 euro. Comprende: treno, traghetto, barca per Zannone, cena, pernottato, colazione.

La quota è soggetta a possibili variazioni.

La quota non comprende il pranzo e le bevande.

Il pernottato avverrà in albergo o in appartamenti.

Iscrizioni entro il 9 maggio 2008.

I partecipanti devono essere tesserati Trekking Italia per l'anno in corso (€15,50).

Numero massimo dei partecipanti : 15

Numero minimo dei partecipanti : 5

Versamento quota: versamento del saldo entro il 9 maggio 2008 presso la sede oppure a mezzo c/c postale n. 74029125 specificando nominativo e trek scelto oppure tramite bonifico alle coordinate ABI: 07601 - CAB: 03200 - C/C: 74029125 - CIN: N (IBAN: IT97N0760103200000074029125). Per pagamenti tramite c/c postale o bonifico inviare una mail a info@trekkingitaliaroma.it indicando il giorno del versamento, l'importo ed il numero dei partecipanti.

Cosa occorre portare: zaino, bastoncini telescopici, abbigliamento adatto alle temperature, mantella per la pioggia, copri-zaino, calzature adeguate, giacca a vento, borraccia per l'acqua, cappello e crema per il sole, costume da bagno.

NOTE: Escursioni difficoltà T, media tappe 4 - 6 ore, dislivelli salita max 250 metri.

Per ulteriori informazioni mandare una mail a: info@trekkingitaliaroma.it all'attenzione di Giulia, oppure telefonare al numero 348.5723442 (anche sms).