



# 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](http://www.trekkingitaliaroma.it)

Telefoni per informazioni: Ivana 338 4892513 – Livio 334 3627477 – mail: [info@trekkingitaliaroma.it](mailto:info@trekkingitaliaroma.it)

### ***Il trek: Lazio – Le Isole Ponziane da venerdì 7 a lunedì 10 settembre 2007 Trek residenziale***

*Si tratta di un trek molto tranquillo e panoramico per assaporare pienamente colori e profumi, fauna e flora delle isole pontine. 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 rilassati del trek. Saranno numerose le pause che ci concederemo, e l'attenzione alla fotografia giocherà un ruolo importante.*

*1° giorno: ore 6.50 ritrovo al binario 1 della stazione di Roma Termini; ore 7.10 treno Roma-Anzio; ore 9.25 nave veloce Anzio-Ponza; ore 11.15 arrivo a Ponza e sistemazione bagagli; partenza per un trek sul Monte Guardia e Faro della Guardia (dislivello massimo 200 mt.). Il binocolo è fortemente consigliato!*

*Prima di cena ci rilasseremo sulla spiaggia di Chiaia di Luna.*

*Cena e pernottato a Ponza.*

*2° giorno: dopo la colazione prenderemo il traghetto verso Ventotene dove scopriremo questo splendido borgo di architettura borbonica: piccola, quasi minuscola, l'isola ha una lunga storia e 633 residenti che qui vivono in felice isolamento. Come l'attuale toponimo suggerisce, l'isola è piatta e battuta dal vento. Nel pomeriggio rientreremo a Ponza in tempo per la cena. Cena e pernottato a Ponza.*

*3° giorno: alle ore 9.00 circa partiremo con barca privata (15 metri) alla volta di Zannone oppure di Palmarola... più che una nostra sorpresa, sarà una vostra scelta!!*

*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!!*

*Palmarola invece vanta le coste più affascinanti tra tutte le isole dell'arcipelago con anfiteatri naturali straordinari.*

*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.*

*4° giorno: rimarremo a Ponza e scopriremo tutta la zona di Punta Incenso, comprese le piccole calette.*

*Ore 17.00 nave veloce Ponza-Anzio; ore 18.45 arrivo ad Anzio; rientreremo a Roma Termini con il primo treno disponibile.*

**Quota indicativa: 360/380 euro. Comprende: treno, nave veloce, traghetto per Ventotene, barca per Zannone/Palmarola, 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 17 agosto 2007.**

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

**Numero massimo dei partecipanti : 18**

**Numero minimo dei partecipanti : 6**

**Versamento quota:** caparra 100 euro entro il 17 agosto 2007 tramite versamento presso la sede oppure a mezzo c/c postale num. 74029125 specificando nominativo e trek scelto oppure tramite bonifico alle coordinate ABI: 07601 - CAB: 03200 - C/C: 74029125 - CIN: N. Per pagamenti tramite c/c postale o bonifico inviare una mail a [info@trekkingitaliaroma.it](mailto: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, calzature adeguate, giacca a vento, borraccia per l'acqua, cappello e crema per il sole.

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

**ATTENZIONE: TUTTE LE PRECISAZIONI RIGUARDANTI IL PROGRAMMA VERRANNO TEMPESTIVAMENTE COMUNICATE, AL FINE DI AVERE UN MARGINE DI ERRORE MINIMO E PER PREPARARVI AL MEGLIO.**

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