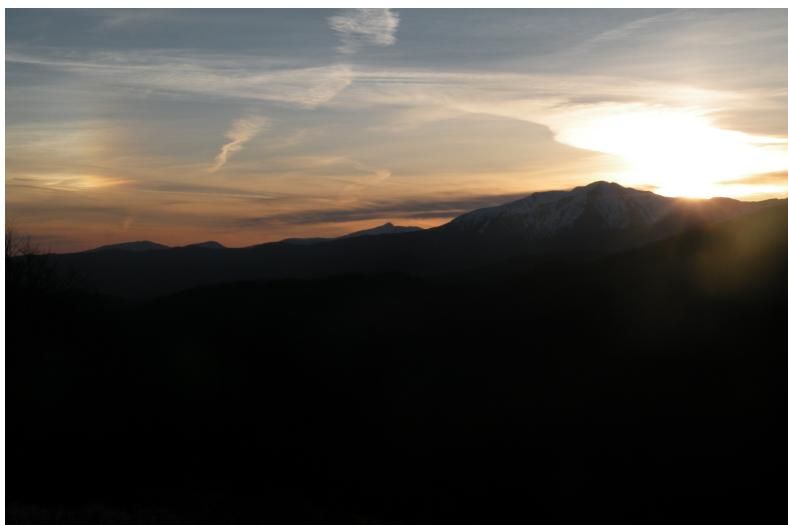


DOMENICA 27 LUGLIO 2014 – LAGDEI- Corniglio (PR)

ALBA SUL CRINALE DELL'ALTA VAL PARMA



Un'insolita uscita in Val Parma. Di solito sono i fungaioli a vedere i primi raggi del sole...ma oggi funghi non ce n'è. Svegliarsi presto, molto presto per ammirare l'alba sull'Appennino parmense.

Camminare con l'ultimo buio, per andar a scorgere la prima luce tra i fitti faggi del Lago Santo.

Incamminarsi sul crinale per sentir sulla pelle l'ultimo fresco e il primo raggio di sole caldo. Coricarsi su una vetta per rilassare il corpo e la mente...rigenerare il corpo al Rifugio Mariotti con piatti fumanti a km 0 provenienti dal territorio del Parco nazionale dell'Appennino tosco-emiliano.

PROGRAMMA:

Percorso: Lagdei -1250 m. s.l.m. - Lago Santo 1508 m. s.l.m. - Sella del Marmagna 1747 m. s.l.m. - Monte Marmagna 1851 m. s.l.m. - Monte Braiola 1819 m. s.l.m. - Bocchetta dell'Orsaro 1722 m. s.l.m. - Capanna Schiaffino 1610 m. s.l.m. - Lago Padre 1661 m. s.l.m. – Lago Santo – Lagdei.

Punto di ritrovo: località Lagdei, Comune di Corniglio (PR).

Orario di ritrovo: ore 03,30 – Partenza ore 03,45.

Orario di rientro: ore 14.00 circa.

Difficoltà: alta (per la lunghezza del percorso).

Dislivello 600 metri circa.

Tempo percorrenza: 5 ore 30 minuti circa, escluse soste.

Quota individuale: € 15,00 adulti, € 12,00 over 60, € 10,00 ragazzi 13-17 anni.

Prenotazione obbligatoria: Monica Valenti Guida GAE cell. 348-8224846, entro 24 ore prima dall'inizio dell'escursione.

Numero minimo partecipanti 8, max 29.

Abbigliamento: torcia, scarponi da trekking, giacca antivento, pantaloni trekking, felpa, occhiali da sole, cappello con visiera, zaino, acqua, spuntino.

In più: possibilità pranzo presso Rifugio Mariotti –Lago Santo prezzo convenzionato tel 0521-889353 cell 349-2260668 www.rifugiomariotti.it .

24 ore prima delle attività è facoltà della Guida comunicare agli iscritti l'annullamento dell'escursione qualora non si sia raggiunto il numero minimo di partecipanti.

Tutti i percorsi potranno essere modificati in funzione delle condizioni ambientali per la sicurezza del gruppo. La guida si riserva di non accettare persone non adeguatamente attrezzate.

La Guida è coperta da assicurazione RCT come di legge; non è prevista copertura infortuni per i partecipanti. Chi ritiene opportuno può provvedere autonomamente con una polizza multisport.

Altre escursioni si possono trovare sul sito dell'Associazione GAE Terre Emerse.

www.terre-emerse.it