

ALLENAMENTO ITINERANTE DI NORDIC WALKING al LAGO di FIASTRA (...il lago blu tra i Monti Azzurri)

Macerata
Nordic Walking

Domenica 3 marzo 2019



Descrizione del luogo:

Il Lago di Fiastra si trova in una conca circondata da bellissimi colli verdeggianti dove sullo sfondo si possono ammirare i Monti Sibillini; grazie alla sua bellissima posizione è di grande attrattiva turistica. E' famoso per le sue acque dai colori diversi che vanno dall'azzurro, al turchese, al verde smeraldo, al blu a seconda del variare della luce e degli scorci e promontori da dove lo si ammira.

Il percorso è ad anello, si parte da San Lorenzo al Lago e si percorre un primo tratto di asfalto per arrivare alla Chiesa del beato Ugolino - XII secolo, antico complesso monastico Benedettino edificato in stile romanico (Ugolino Magalotti è nato a Fiegni nei primi anni del XIV secolo). Lì ci attende don Oreste per una visita guidata della Chiesa. Si prosegue su strada bianca, si scende verso la diga e si costeggia il lungo lago fino ad arrivare al punto di partenza.

Programma

- Ritrovo alle ore 9.00 a San Lorenzo al Lago.
- Alle ore 9.30 partenza per l'allenamento itinerante di N.W.
- Alle ore 13,00 circa ritorno al punto di partenza e possibilità di pranzare all' "Osteria sul Lago" a San Lorenzo al Lago (la prenotazione per chi vuole restare a pranzo è obbligatoria entro giovedì 27)

Caratteristiche del Percorso

- Lunghezza del percorso 11 km circa;
- Tempo di percorrenza circa 3,5 ore;
- Grado di difficoltà: l'allenamento è adatto a tutti.

Abbigliamento adatto al clima di stagione, è consigliato vestirsi sempre a strati, giubbino antivento/antipioggia. Scarpe tipo da trail-running. Un ricambio completo da lasciare in macchina, zainetto con acqua e snack per le soste durante il cammino.

Possibilità di fermarsi a pranzo presso l'**Osteria del Lago** al prezzo concordato di € 15 (la prenotazione è obbligatoria entro giovedì 27 febbraio 2019)

L'allenamento è riservato ai **soci di "Macerata Nordic Walking ASD"** e la prenotazione per chi non si ferma a pranzo è obbligatoria entro sabato 2 marzo 2019 chiamando il numero 327- 2919452

Buon cammino a tutti!

