

**Domenica 7 febbraio 2016** ❄️

**Descrizione del luogo:**

Il viaggio inizia dalla protettiva faggeta dei Tre Santi per poi salire di quota alla volta del Versante Nord del Monte Castel Manardo. Dalle sue pendici ammireremo all'orizzonte la costa marchigiana e il Monte Conero. Scendendo scopriremo lo splendido Versante Nord dei Sibillini: la Valle del Fargno innevata e le cime di Pizzo Acuto, Pizzo Tre Vescovi e Monte Rotondo.

**Programma**

- Ritrovo alle ore **9.00** a Sarnano subito dopo la piazza direzione Sassotetto (lungo la via Benedetto Costa)
- Alle ore **9.30** ritrovo al parcheggio di Pintura di Bolognola
- Alle ore **10** inizio ciaspolata
- Alle ore **13** ritorno al parcheggio di Pintura di Bolognola e partenza verso le vicine Baite Cioci per il pranzo



**Caratteristiche del Percorso**

- Durata 3 ore
- Difficoltà T (turistico)
- Dislivello 200 metri



**Abbigliamento** completo da trekking invernale con scarpe da trekking in goretex, ghette, pile, k-way, giacca impermeabile, cuffia, guanti, occhiali da sole. Un cambio da tenere in auto. Nello zaino: acqua, snack, termos con bevanda calda, macchina fotografica.

**Quota di iscrizione:** 15 € (comprensiva del compenso per la guida che sarà un Maestro da sci da fondo o una Guida AIGAE, assicurazione RCT) + 5 € (noleggio ciaspole/rak)

**Pranzo:** possibilità di pranzare al termine della Ciaspolata presso le Baite dei Piani di Ragnolo (max 50 posti) verso le ore 13,30 a prezzo convenzionato a euro 15,00. Il pranzo è da confermare al momento della prenotazione.

**Variatione o annullamento eventi:** L'Organizzazione si riserva la possibilità di annullare l'evento qualora le condizioni atmosferiche non ne consentano un regolare svolgimento in sicurezza. L'attività può essere annullata o il percorso modificato su decisione della guida.

L'allenamento sarà tenuto dall'Istruttore di **Winter Nordic Walking** Antonio Muccichini e dai **Maestri di Nordic Walking** Attilio Mogianesi e Daniela Merelli e saremo inoltre accompagnati dal **Maestro di sci di fondo** Francesco Cianconi.

L'allenamento è riservato ai soci di "**Macerata Nordic Walking ASD**" e ad eventuali loro familiari.

**Prenotazione** obbligatoria entro martedì 2 febbraio 2016 chiamando il numero **327-2919452**



**Buon cammino a tutti!**

