



## **Trek itinerante dei monti Tatra**

I Monti Tatra sono una catena montuosa situata al confine tra Polonia e Slovacchia e costituiscono la parte più alta dei Carpazi. Entrambi i versanti oltre ad essere tutelati come parchi nazionali sono anche siti dell'UNESCO dal 1993 a testimonianza della bellezza di queste montagne e della diversità di flora e fauna che vi si trova. Con oltre 25 cime sui 2500 m, uno scenario tipicamente alpino ricco anche di magnifici laghi e torrenti e una vasta rete di rifugi e sentieri che la attraversano i Tatra sono un luogo ideale per un trek itinerante.

**Il trek:** attraversando gran parte del territorio dei Tatra il trek si svolgerà in Polonia per i primi 5 giorni per poi continuare nei successivi 6 giorni nel versante slovacco. Questo ci consentirà una esperienza completa di queste montagne straordinarie. E' possibile partecipare anche solo alla prima o alla seconda parte del trek ed in entrambe ci saranno 2 giorni nello stesso rifugio con escursione in loco con zaino scarico. Il trek prevede un dislivello medio giornaliero di 836 m in salita e 716 m in discesa nella parte polacca e di 631 m in salita e 736 m in discesa in quella slovacca con un percorso medio giornaliero di circa 11 Km in entrambi i versanti. Gran parte del trek sarà fra i 1500 e i 2000 metri con punti sino a 2500 m. Si dormirà e mangerà negli ottimi ma spartani rifugi presenti lungo tutto il percorso.

**Quando:** **partenza sabato 23 agosto** per Cracovia. Inizio del trek il giorno successivo. Fine parte polacca il 28 agosto e **inizio parte slovacca il 29 agosto**. A fine trek sarà possibile visitare Cracovia e dintorni.

**Chi può farlo:** tutti quelli con buona esperienza di escursioni **EE**, anche di più giorni su terreno che può essere **impegnativo, esposto, con percorsi attrezzati e/o in cresta**, e che hanno o avranno un buon allenamento per la data di partenza. Chiunque non abbia problemi dovuti all'altitudine o a vertigini e a portare uno zaino di circa 7/10 Kg lungo tutto il percorso.

**Quota di partecipazione:** 45 + 55 euro di quota sociale per le parti polacca e slovacca rispettivamente e 85 + 135 euro per dormire nei rifugi polacchi + slovacchi. Le cene in rifugio, che hanno un costo medio di circa 10 euro, e le colazioni, quando non comprese nel pernottamento e che costano circa 3 euro, sono a discrezione di ogni partecipante. Per le 2 notti a Cracovia sono da considerarsi altri 30 euro circa. Assicurazione viaggi di circa 50 euro. Viaggio in aereo Roma- Cracovia a/r circa 150/200 euro.

**Iscrizione:** i rifugi sono molto frequentati in agosto e occorre quindi prenotarli con largo anticipo. Chi intende partecipare deve quindi versare per intero la relativa quota rifugio **entro il 16 giugno**. Dieci i partecipanti previsti.

**Per ulteriori informazioni** rivolgersi a

**AEV Edoardo Sermasi 347 212 3210 o AV Patrizio Sangermano 329 064 1721**

Tessera FederTrek valida da esibire alla partenza al costo di € 15,00.