

# IL MARE D'INVERNO SABAUDIA

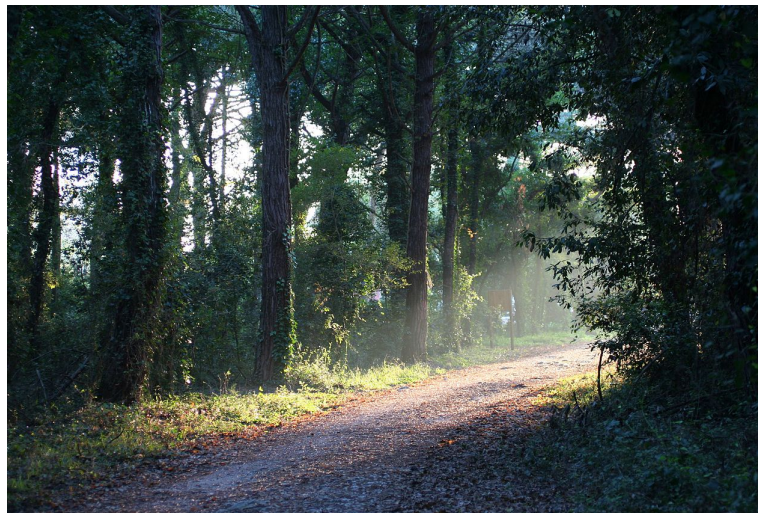
## PARCO NAZIONALE DEL CIRCEO SELVA DI CIRCE



**Domenica 17 ottobre 2021**

DIF : E DISL: irrilevante LUNG : ca 13km

AEV Rita Bucchi –AV Maria Asole



**All'interno del Parco Nazionale del Circeo andremo alla scoperta della più estesa foresta planiziaria in Italia, dichiarata "riserva della biosfera": la Selva di Circe, ovvero ciò che rimane della antica "Selva di Terracina" dopo le bonifiche degli anni 30. Lungo i sentieri costeggiati da magnifici esemplari di cerro, frassino, farnia, lecci...potremo ammirare il sottobosco ricco di pungitopo, biancospino, erica arborea, dalle cui fronde i numerosi uccelli canori ci guarderanno passare cinguettando e se siamo fortunati potremmo veder passare qualche abitante del bosco, non è inusuale imbattersi in un bel daino. Alla fine del percorso si potrà raggiungere la stupenda spiaggia di Sabaudia da cui osservare il profilo della Maga Circe distesa sul promontorio e riposare dopo il cammino riempiendo gli occhi dell'azzurro del mare d'inverno.**

**APPUNTAMENTO:** ore 9,00 Sabaudia via Litoranea all'ingresso della riserva CAPO D'OMO vedi link - auto propria

<https://goo.gl/maps/MfdnNtjlLP48eU2RA>

In forza delle disposizioni anti COVID-19 non ci è possibile organizzare il car pooling e assegnare i posti. Tuttavia, al momento della prenotazione su richiesta metteremo in contatto soci che offrono o chiedono un passaggio

**COSA PORTARE :** Scarponcini da trekking alti alla caviglia pantaloni lunghi e abbigliamento consono a strati, guscio antipioggia, cappello per il sole, acqua (almeno 1,5l) pranzo al sacco e snack, mascherina anti-covid, gel disinfettante. Consigliati: un telo per sedersi a terra, crema solare, occhiali da sole, un ricambio da lasciare in auto

**CONTRIBUTO PARTECIPAZIONE :** è previsto un contributo a favore dell'associazione per copertura delle spese organizzative

**INIZIATIVA RISERVATA AI SOCI FEDERTREK IN REGOLA CON IL TESSERAMENTO.** Il numero di tessera deve essere comunicato all'atto della prenotazione.

**La tessera va sottoscritta online almeno 5 giorni prima** dell'escursione, istruzioni cliccando su questo link

<https://www.sentieroverde.org/wordpress/> al costo di 15 euro adulti e 5 per i bambini, validità 365gg. Per i soci con età superiore ai **75 anni** è **necessario inviare anche certificato medico di idoneità fisica**. In ogni caso al momento della prenotazione chi ha particolari patologie è tenuto a comunicarle agli accompagnatori

**INFO E PRENOTAZIONI** prenotazione obbligatoria fornendo nome cognome e numero di tessera

AEV Rita Bucchi 3391074453 – AV Maria Asole 3294721065

**NORME ANTI\_COVID: E' necessario per le norme di contenimento dell'epidemia Covid-19 essere muniti di mascherina, gel disinfettante e mantenere sempre la distanza di sicurezza.** Non partecipare all'escursione se si lamentano sintomi di infezioni respiratorie (febbre,tosse,,raffreddore) oppure se si hanno avuti contatti con persone affette da COVID nei 15 giorni precedenti. <http://www.federtrek.org/?p=3836#3n09i7t2r5e2k>

**AVVERTENZA :** L'escursione può subire variazioni di tempo e /o luogo a giudizio insindacabile degli Accompagnatori AEV. Tutti i partecipanti sono tenuti a rispettare modalità e indicazioni decise dagli accompagnatori altrimenti verrà meno il rapporto di affidamento e quindi di responsabilità degli stessi per quanto potrebbe accadere

I soci sono tenuti ad essere preparati fisicamente e tecnicamente nonché ad essere equipaggiati con abbigliamento e attrezzature adeguate all' esigenza dell'escursione programmata