

# IL MARE D'INVERNO PARCO NAZIONALE DEL CIRCEO

## LAGO DI FOGLIANO



## LAGO DEI MONACI e BUFALARA

Domenica 28 novembre 2021



DIF : T/E DISL: irrilevante LUNG : ca 13km  
AEV Rita Bucchi -AV Maria Asole

**Per la serie MARE D'INVERNO faremo una bellissima camminata all'interno del Parco Nazionale del Circeo e visiteremo due dei laghi del parco che dal 1978 fanno parte delle Zone Umide di Interesse Internazionale. Gli occhi si riempiranno di azzurro tra dune, mare e laghi ...splendidi eucalyptus e uccelli migratori che svernano nella riserva, folaghe cormorani germano reale fischione codone e tanti altri. Sotto l'occhio vigile della maga Circe e con il suo meraviglioso promontorio sullo sfondo, cammineremo lungo un sentiero in mezzo alle dune di una delle spiagge più selvagge di questo litorale, la Bufalara, immersi nel verde della vegetazione tipica con l'azzurro del mare da una parte e il lago dei Monaci e mandrie di bufale al pascolo dall'altra... Un Paradiso...come il vicino lago di Fogliano, dove attraversato il tipico borghetto dei pescatori, godremo di un paesaggio struggente**

**APPUNTAMENTO:** ore 9,30 Bar Albatros str Lungomare 2657 Latina - <https://goo.gl/maps/2cawSgtqUUGG7eoj7> - auto propria  
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