



domenica 23 gennaio 2022 - ore 9,30

Holistic Walking

**Cammino e Pratiche Olistiche
per connettersi con noi stessi e la Natura**



I Laghetti di Percile Parco Regionale dei Monti Lucretili

Partendo dal delizioso borgo di Percile, si arriva con una facile ascesa alle acque verde smeraldo dei lagustelli Fraterno e Marraone, circondati da boschi di conifere. Siamo nel Parco dei Monti Lucretili, in un territorio incontaminato che regala scorci e atmosfere molto suggestive, luogo perfetto per le pratiche di riscaldamento muscolare, movimento e respirazione consapevole che saranno proposte come di consueto.

DIFFICOLTA' : T/E DISL: 200 mt LUNGHEZZA : ca 12km

APPUNTAMENTO: ore 9,30, il luogo di incontro sarà comunicato al momento della prenotazione

COSA PORTARE : scarpe da trekking e abbigliamento comodo a strati, mantellina antipioggia all'occorrenza, acqua e pranzo al sacco, un telo per sedersi a terra, mascherina anti-covid, gel disinfettante.

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.

Costo tessera 15 euro. La tessera va sottoscritta online almeno una settimana prima dell'escursione istruzioni al link <https://www.sentieroverde.org/wordpress/>

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 è stati in contatto con persone affette da COVID nei 15 giorni precedenti.

INFO E PRENOTAZIONI prenotazione obbligatoria almeno **tre giorni prima**. Se sprovvisti di **tessera** provvedere a sottoscriverla online almeno **una settimana prima**.

AEV Patrizia Motta 3357514958 - AEV Isabella Iarusso 3755633513

www.sentieroverde.org