Escursioni ed esperienze in natura

Microcosmo

Catalogo 2022

GUIDA ASSOCIATA

Aigae®

Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche

Indice

Visite guidate nel Lazio

Alla scoperta della Riserva Naturale Lago di Posta Fibreno – Posta Fibreno (FR)

Birdwatching sul Lago di Posta Fibreno – Posta Fibreno (FR)

Campo del Popolo e Monte Obachelle – *Montattico*, Casalattico (FR)

EcoLab – Laboratori di educazione ambientale

Fossa Maiura - Paesaggi carsici e villaggi fantasma – Alvito (FR)

La Collina di S. Stefano – Atina (FR)

La Grotta dei Bambocci e La valle dei Santi – Collepardo (FR)

La Roccia dei Tedeschi – San Donato Val Comino (FR)

La Val Canneto – Settefrati (FR)

La Valle Inguagnera – *Forca d'Acero,* San Donato Val Comino (FR)

Le Gole del Melfa – Santopadre (FR)

L'anello di Saturno e l'Acropoli di Civitavecchia – Arpino (FR)

Prati di Mezzo e Fonte fredda – Picinisco (FR)

Rurality - Val di Comino (FR)

Visite guidate in Abruzzo

Bosco della Difesa – Pescasseroli (AQ)

Macchiarvana e Campo lungo - *Forca d'Acero,* Opi (AQ)

Riserva Naturale Zompo lo Schioppo – Morino (AQ)

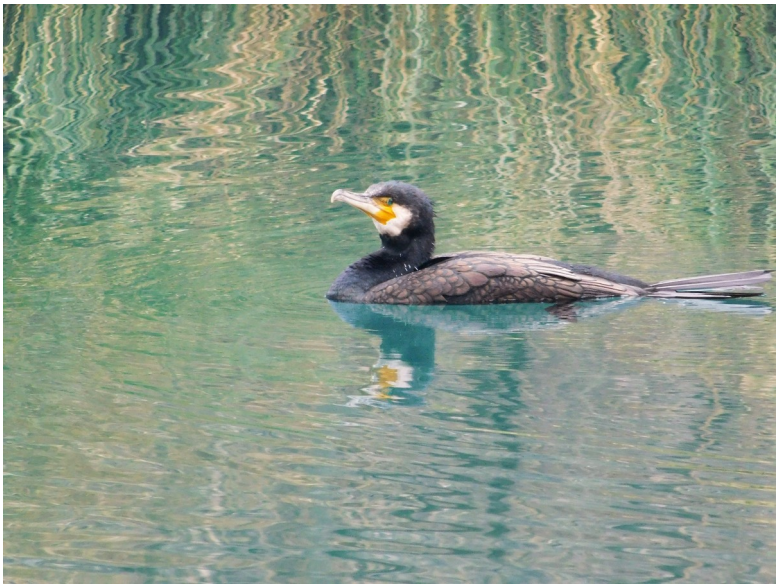
La Val Fondillo e la Grotta delle Fate – Opi (AQ)

La Valle della Cicerana – Lecce nei Marsi (AQ)

■ Posta Fibreno - BirdWatching sul lago

Alla scoperta dell'avifauna della Riserva Naturale Lago di Posta Fibreno.
Un percorso che attraversa vari habitat dell'area protetta, in cui le diverse specie di uccelli svolgono le proprie funzioni vitali, in relazione tra loro. Con l'ausilio di binocoli e guide da campo osserveremo più da vicino le specie presenti, identificandole e descrivendone le peculiarità.

Luogo di ritrovo: Parcheggio Chalet del Lago (Loc. San Venditto)
Difficoltà: Turistico (Facile)
Durata: 3 ore
Distanza: 3 Km
Dislivello: nullo
Periodo consigliato: tutto l'anno
Raccomandazioni: si consiglia vestiario idoneo "a strati", comodo e possibilmente traspirante; scarpe da escursionismo (o da ginnastica), zainetto, kway, cappello e binocolo personale. Portare con se minimo un litro d'acqua. Consigliato inoltre non portare a seguito animali domestici che possano disturbare la fauna.



- **Posta Fibreno – Alla scoperta della Riserva naturale Lago di Posta Fibreno**

Un’escursione incentrata sugli ambienti peculiari della riserva naturale, dagli ambienti lacustri agli ambienti palustri, dagli ambienti forestali agli ambienti rurali. Il percorso è volto alla scoperta delle risorse naturali e culturali del luogo, con un’ampia visione su tutto il territorio dell’area protetta. Possibile visita del Museo Naturalistico Etnografico e del Vecchio Mulino.

Luogo di ritrovo: Piazza Carpello (Parcheggio Bar Elfo del Lago)
Difficoltà percorso: Escursionistico (Medio-Facile)
Durata: 5 - 6 Ore (con pranzo al sacco)
Distanza: 9 Km
Dislivello: 200 m
Periodo consigliato: tutto l’anno
Raccomandazioni: si consiglia vestiario idoneo “a strati”, comodo e possibilmente traspirante; scarpe da escursionismo, zainetto, kway, cappello. Portare con se minimo un litro e mezzo d’acqua, snack, e pranzo al sacco. Consigliato inoltre non portare a seguito animali domestici che possano disturbare la fauna selvatica.

- **Campo del Popolo – “Le Fonnelle” – Monte Obachelle – *Montattico*, Casalattico (FR)**

Un viaggio nel tempo tra territori montani che richiamano alla mente antiche usanze pastorali e manufatti ingegnosi dell’uomo per l’approvvigionamento di acqua, laddove la morfologia carsica dell’area tende a farla infiltrare totalmente nel sottosuolo verso le falde acquifere e le sorgenti più a valle. Tra antichi pagliai e pozzi/cisterna realizzati a mano, scopriremo come la fusione tra le componenti naturali e le attività antropiche hanno potuto un tempo raggiungere l’equilibrio.

Luogo di ritrovo: Casalattico, L.go San Rocco
Difficoltà percorso: Escursionistico (Medio)
Durata: 6 Ore (con pranzo al sacco)
Distanza: 10 Km
Dislivello: 500 m
Periodo consigliato: Preferibile da settembre a giugno
Raccomandazioni: si consiglia vestiario idoneo “a strati”, comodo e possibilmente traspirante; scarpe da escursionismo, zainetto, kway, cappello. Portare con se minimo un litro e mezzo d’acqua, snack, e pranzo al sacco. Consigliato inoltre non portare a seguito animali domestici che possano disturbare la fauna selvatica.

- **EcoLab – Laboratori di educazione ambientale**

Percorsi tematici realizzabili sia all'interno delle realtà aziendali della rete Val Comino Bio, sia nei contesti ambientali del territorio. Attraverso attività teorico-pratiche, sensoriali, illustrative, si focalizzeranno i principali argomenti concernenti la biodiversità, gli habitat naturali, le relazioni trofiche ed i servizi ecosistemici, funzionali a stimolare un rapporto sostenibile verso le risorse naturali.

Esperienze didattiche:

- **Un mondo d'acqua** – Alla scoperta dell'acqua sul pianeta, le sue caratteristiche, le sue dinamiche negli ambienti naturali, e la sua importanza biologica per la vita terrestre.
- **A tu per tu con la foresta** – Evoluzione dei paesaggi, successioni ecologiche, stratificazione di un bosco, identificazione e caratterizzazione delle specie arboree.
- **La biodiversità intorno a noi** – BioBlitz, attività di Citizen Science per eccellenza, una caccia al tesoro naturalistica, che ci permetterà di scoprire la biodiversità intorno a noi, esplorando, ricercando e classificando tutte le specie rilevate in un percorso orientato.
- **Orienteering** - attività sportiva avventurosa ed entusiasmante, sapersi orientare in natura con l'utilizzo della bussola e della carta topografica. Si illustreranno nozioni base di topografia, e di navigazione con la bussola in ambiente aperto naturale circoscritto; si effettueranno prove pratiche e una piccola gara di orientamento con le lanterne da orienteering.
- **Orto in condotta** - Suolo piante ed ambiente di sviluppo, una relazione tra più organismi viventi. Descrizione, progettazione e gestione di un orto ecologico, per produrre cibo sano e nutriente, rispettando la natura. Esempi ed attività pratiche su aiuole rialzate, bordure, cassette ecc.; dalla preparazione del letto di semina, alla raccolta. Tecniche di riproduzione delle piante, dalla semina alla propagazione vegetativa.

Attività per bambini (dai 6 ai 14 anni)
Durata: 3 Ore

- **Fossa Maiura – Paesaggi carsici e villaggi fantasma – Alvito (FR)**

Un itinerario suggestivo che evidenzia gli scenari di un paesaggio modellato dall'azione del carsismo, tra ampie voragini, pianori e fondi valle, nonché dall'uomo che ne ha colto la ricchezza in fertilità dei terreni, stabilendosi in centri rurali ormai abbandonati, come "La Cappudine" e "Cortignale", che rimarcano le attività agro-silvo-pastorali di un tempo.

Luogo di ritrovo: Posta Fibreno, piazza Cesare Battisti (Municipio di Posta Fibreno)
Difficoltà percorso: Escursionistico (Medio-Facile)
Durata: 5 Ore (con pranzo al sacco)
Distanza: 10 Km
Dislivello: 250 m
Periodo consigliato: Preferibile da Settembre a fine Maggio
Raccomandazioni: si consiglia vestiario idoneo "a strati", comodo e possibilmente traspirante; scarpe da escursionismo, zainetto, kway, cappello. Portare con se minimo un litro e mezzo d'acqua, snack, e pranzo al sacco. Consigliato inoltre non portare a seguito animali domestici che possano disturbare la fauna selvatica.

■ La Collina di S. Stefano ed il Borgo di Atina

Una fusione tra trekking urbano ed escursione naturalistica, immersione nella storia antica del borgo di Atina e della collina di S. Stefano. Con il supporto delle guide turistiche/archeologhe del Museo Archeologico di Atina, si visiteranno i principali monumenti storici del paese, nonché i resti archeologici della collina a ridosso dell'abitato, come le mure megalitiche, l'acropoli preromana e la rocca medievale.

Luogo di ritrovo: Atina, Piazza Garibaldi
Difficoltà percorso: Turistico (Facile)
Durata: 3 Ore
Distanza: 4 Km
Dislivello: 150 m
Periodo consigliato: Tutto l'anno
Raccomandazioni: si consiglia vestiario idoneo "a strati", comodo e possibilmente traspirante; scarpe da escursionismo (o da ginnastica), zainetto, kway, cappello. Portare con se minimo un litro d'acqua, e uno snack facoltativo. Consigliato inoltre non portare a seguito animali domestici.

- **La Grotta dei Bambocci e La valle dei Santi – Collepardo (FR)**

Escursione nel contesto territoriale dei Monti Ernici, più precisamente di Collepardo, paese immerso tra aspre pendici montuose e valli profondamente incise, fortezza di importanti specie erboristiche e copiose sorgenti, valico tra i territori ciociari, romani e abruzzesi.
La natura carbonatica del territorio denota un paesaggio ricco di fenomeni tipici del carsismo epigeo ed ipogeo, quali canyon, sorgenti, grotte e pozzi verticali.
L'itinerario risale la *Valle dei Santi* lungo il letto del fiume *Cosa*, e in diversi tratti lo si attraversa con dei caratteristici ponticelli in legno, fino a giungere al "Ponte dei Santi" struttura risalente all'XI secolo, costruito per volontà di San Domenico da Foligno, eremita e abate fondatore di due dei monasteri tuttora presenti nel territorio di Collepardo, il monastero di San Domenico e il monastero di San Nicola.

Luogo di ritrovo: Collepardo (FR), via per Alatri (Giardinetti pubblici)
Difficoltà percorso: Escursionistico (Medio)
Durata: 5 Ore (con pranzo al sacco)
Distanza: 8 Km
Dislivello: 300 m
Periodo consigliato: Tutto l'anno
Raccomandazioni: si consiglia vestiario idoneo "a strati", comodo e possibilmente traspirante; scarpe da escursionismo, zainetto, kway, cappello. Portare con se minimo un litro e mezzo d'acqua, snack, e pranzo al sacco. Consigliato inoltre non portare a seguito animali domestici che possano disturbare la fauna selvatica.

- **La Roccia dei Tedeschi – San Donato Val di Comino (FR)**

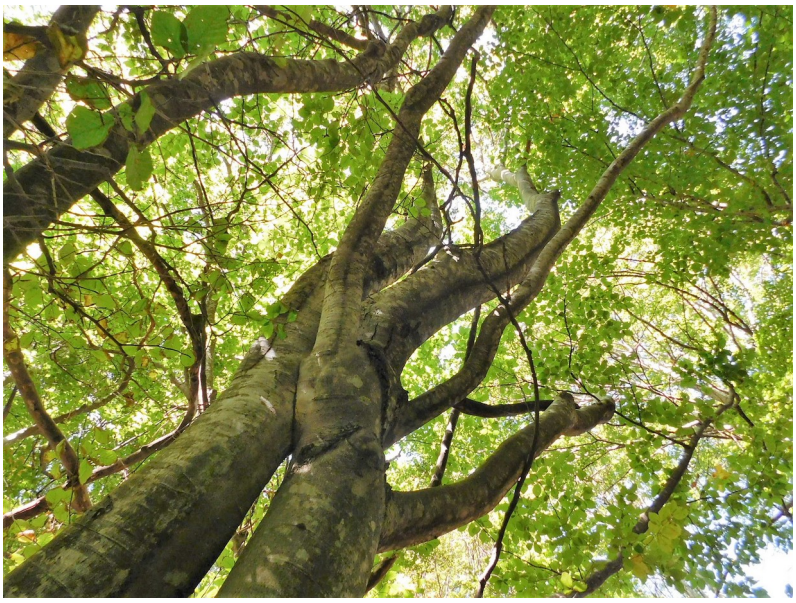
Dal centro storico di San Donato Val di Comino lungo il vallone di Forca d'Acero, si percorre l'antica *via Marsicana*, collegamento storico commerciale tra la Valle di Comino nel Lazio e la Valle del Sangro in Abruzzo, luoghi intrisi di storie di briganti, minatori, militari, e mastri maceranti.
L'itinerario ad anello ci porta nel cuore del sistema difensivo di Monte Pizzuto, dove ancora oggi è possibile ammirare la "Roccia dei Tedeschi", rupe di vedetta scavata e fortificata, utilizzata dai tedeschi durante la retroguardia del fronte di Cassino, lungo la linea Gustav, nella Seconda Guerra Mondiale.

Luogo di ritrovo: San Donato Val di Comino (FR), Piazza della Libertà
Difficoltà percorso: Escursionistico (Medio)
Durata: 5 Ore (con pranzo al sacco)
Distanza: 10 Km
Dislivello: 600 m
Periodo consigliato: Tutto l'anno
Raccomandazioni: si consiglia vestiario idoneo "a strati", comodo e possibilmente traspirante; scarpe da escursionismo, zainetto, kway, cappello. Portare con se minimo un litro e mezzo d'acqua, snack, e pranzo al sacco. Consigliato inoltre non portare a seguito animali domestici che possano disturbare la fauna selvatica.

- **La Val Canneto – Settefrati (FR)**

Nel cuore verde della Val Comino, solcata dalle acque limpide e fresche del fiume Melfa, si apre la Val Canneto, caposaldo di natura incontaminata del versante laziale del Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise. Il suono dello scorrere veloce dell'acqua fa da sottofondo al nostro lento fluire, assorti nell'equilibrio dinamico della natura, tra boschi di faggio, cascate e panoramiche vedute.

Luogo di ritrovo: Atina (FR)
Difficoltà percorso: Escursionistico (Medio)
Durata: 6 Ore (con pranzo al sacco)
Distanza: 10 Km
Dislivello: 300 m
Periodo consigliato: Tutto l'anno
Raccomandazioni: si consiglia vestiario idoneo "a strati", comodo e possibilmente traspirante; scarpe da escursionismo, zainetto, kway, cappello. Portare con se minimo un litro e mezzo d'acqua, snack, e pranzo al sacco. Consigliato inoltre non portare a seguito animali domestici che possano disturbare la fauna selvatica.



- **La Valle Inguagnera - Forca D'Acero (FR)**

Percorso escursionistico ad anello, molto suggestivo, nel Parco Nazionale d'Abruzzo Lazio e Molise, a cavallo tra Lazio e Abruzzo, nelle vicinanze del Valico di Forca d'Acero, a poche centinaia di metri dal rifugio omonimo. Scenari dalla ampie vedute, pascoli montani e fresche faggete, habitat prediletti dalla fauna selvatica del Parco.

Luogo di ritrovo: Campoli Appennino (FR)
Difficoltà percorso: Escursionistico (Medio)
Durata: 6 – 7 Ore
Distanza: 11 Km
Dislivello: 600 m
Periodo consigliato: dalla primavera all'autunno
Raccomandazioni: si consiglia vestiario idoneo "a strati", comodo e possibilmente traspirante; scarpe da escursionismo, zainetto, kway, cappello. Portare con se minimo un litro e mezzo d'acqua, snack, pranzo al sacco. Non portare a seguito animali domestici.

- **Le Gole del Melfa**

Area wilderness per eccellenza, spaccato temporale tra successioni geologiche e vicende storiche. Itinerario escursionistico molto suggestivo, ricco di scorci selvaggi che comunicano l'essenza delle forze naturali. L'escursione permette al visitatore di immergersi in un universo parallelo, tra paesaggi agrari e borghi rurali abbandonati, canyon dalle pareti rocciose a picco sul fiume Melfa, cascatelle e pozze d'acqua turchese. Percorreremo un breve tratto del "Tracciolino", antica e tortuosa via di collegamento tra la Valle di Comino e la Valle del Liri, teatro di storie di natura selvatica.

Luogo di ritrovo: Arpino, Viale Belvedere (Parcheggio Fuori Porta)
Difficoltà percorso: Escursionistico (Medio)
Durata: 6 – 7 Ore
Distanza: 12 Km
Dislivello: 500 m
Periodo consigliato: Dall'autunno alla fine della primavera
Raccomandazioni: si consiglia vestiario idoneo "a strati", comodo e possibilmente traspirante; scarpe da escursionismo, zainetto, kway, cappello. Portare con se minimo un litro e mezzo d'acqua, snack, pranzo al sacco. Consigliato inoltre non portare a seguito animali domestici.

- **L’Anello di Saturno e l’Acropoli di Civitavecchia – Arpino (FR)**

L'escursione proposta è incentrata sul paese di Arpino, uno dei borghi più antichi della Ciociaria, patria di Cicerone, ricca di emergenze storico-archeologiche, di cultura eno-gastronomica e folkloristica. Il percorso permetterà di vivere storie di altri tempi, in un contesto attuale e quotidiano, attraversando il centro storico del paese, per inerpicarsi lungo antiche viabilità rurali e ritrovarsi all'interno dell'Acropoli di Civitavecchia d'Arpino, centro di vita arcaico, testimonianza vivente di remoti insediamenti. L'itinerario proseguirà fondendosi con il paesaggio rurale e forestale, entrando in contatto con la comunità locale, che si tramanda di generazione in generazione la cultura artigiana e contadina.
Visiteremo una giovane azienda agricola ecosostenibile in località Tubafa, con la possibilità di assaporare piatti della tradizione contadina, con materie prime autoprodotte e dal carattere identitario locale.

Luogo di ritrovo: Arpino, Viale Belvedere (Parcheggio Fuori Porta)
Difficoltà percorso: Escursionistico (Medio-Facile)
Durata: 5 - 6 Ore
Distanza: 8 Km
Dislivello: 300 m
Periodo consigliato: Tutto l’anno
Raccomandazioni: si consiglia vestiario idoneo “a strati”, comodo e possibilmente traspirante; scarpe da escursionismo, zainetto, kway, cappello. Portare con se minimo un litro e mezzo d’acqua, e uno snack facoltativo. Consigliato inoltre non portare a seguito animali domestici.

- **Prati di Mezzo e Fonte Fredda – Picinisco (FR)**

Prati di Mezzo, pianoro montano del comune di Picinisco, a circa 12 km dal centro abitato, è incastonato alla base delle suggestive Cime delle Mainarde, confine naturale tra Lazio e Molise, situato nel versante laziale del Parco Nazionale Lazio Abruzzo e Molise. L'itinerario si sviluppa lungo un'ampia valle racchiusa tra le pareti rocciose del Monte Predicopeglia (1946 m), Monte Forcellone (2030 m) e Costa della Cicogna. Territorio del Camoscio appenninico, dei grandi rapaci come l'Aquila reale, il Biancone e il Nibbio reale, offre paesaggi selvaggi intrisi di storie di pastori.

Luogo di ritrovo: Picinisco (FR), Piazza Capocci
Difficoltà percorso: Escursionistico (Medio)
Durata: 5 Ore
Distanza: 10 Km
Dislivello: 350 m
Periodo consigliato: Tutto l'anno
Raccomandazioni: si consiglia vestiario idoneo "a strati", comodo e possibilmente traspirante; scarpe da escursionismo, zainetto, kway, cappello. Portare con se minimo un litro e mezzo d'acqua, snack, pranzo al sacco. Vietato portare a seguito animali domestici.

- **Rurality – Alla scoperta dei paesaggi agrari della Valle di Comino**

Escursione tematica sui processi produttivi/artigianali delle aziende agricole della rete ValCominoBio, con evidenza sulle colture d'eccellenza della valle. Dall'analisi del contesto territoriale ai fondamenti di ecologia agraria, scopriremo i processi virtuosi che si instaurano tra suolo, piante ed animali, nonché con l'attività dell'agricoltore che prova ad interagire al meglio per preservare la fertilità del terreno, ottenere raccolti salubri ed abbondanti.
Possibilità di pic-nic e/o degustazione all'interno dei fondi agricoli aziendali.

Durata: 3 - 4 Ore
Periodo consigliato: Tutto l'anno
Raccomandazioni: si consiglia vestiario idoneo "a strati", comodo e possibilmente traspirante; scarpe da escursionismo (o da ginnastica), zainetto, kway, cappello. Portare con se minimo un litro e d'acqua, e uno snack facoltativo.

- **Bosco della Difesa – Pescasseroli (AQ)**

Escursione ad anello in una delle faggete più affascinanti del Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise. A pochi passi dal centro abitato di Pescasseroli si estende questo antico pascolo arborato, che oggi rappresenta un vero e proprio teatro di storia naturale e antropologica, con scenari fiabeschi e paesaggi incantati, tant'è che tra i grandi alberi ce n'è uno reso celebre anche dal film francese "La volpe e la bambina", girato in questi luoghi.

Luogo di ritrovo: Pescasseroli (AQ)
Difficoltà percorso: Turistico - Escursionistico (Medio - Facile)
Durata: 5 Ore
Distanza: 6,5 Km
Dislivello: 200 m
Periodo consigliato: Tutto l'anno
Raccomandazioni: si consiglia vestiario idoneo "a strati", comodo e possibilmente traspirante; scarpe da escursionismo, zainetto, kway, cappello. Portare con se minimo un litro e mezzo d'acqua, snack, pranzo al sacco. Vietato portare a seguito animali domestici.

- **Macchiarvana e Campolungo – *Forca d'Acero*, Opi (AQ)**

Itinerario escursionistico lungo un tracciato "circolare" tra il confine laziale-abruzzese del Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise. Dal valico appenninico di Forca d'Acero, immersi in fresche faggete, si giunge sul pianoro di Macchiarvana, meta popolare per gli amanti dello sci di fondo e del trekking. Tra foreste ed ampie radure, lungo il sentiero che giunge al santuario della Madonna del Tranquillo si risale verso Campolungo, altopiano ricco di fioriture durante il periodo primaverile e con panorama suggestivo durante tutto l'anno, fino a chiudere l'anello lungo l'antica "Via Marsicana", che congiungeva la Valle di Comino nel Lazio alla Valle del Sangro in Abruzzo.

- **Riserva Naturale Zompo lo Schioppo – Morino (AQ)**

Incastonata sul confine laziale-abruzzese, tra i limiti territoriali dei Monti Simbruini, Cantari ed Ernici, sulla destra orografica della Valle di Roveto, si estende la Riserva Naturale Zompo lo Schioppo. Il cuore pulsante che rende vivo il paesaggio della Riserva è l'acqua, in particolare la cascata naturale di Zompo lo Schioppo, che con i suoi 80 m di altezza, rappresenta l'emergenza sorgentizia più alta dell'Appenino.
L'itinerario che si propone metterà in evidenza gli aspetti naturalistici peculiari dell'area e le caratteristiche storiche e socio-culturali della Valle Roveto.
Il percorso ci porterà a scoprire i resti della "Morino Vecchia" distrutta dal terremoto della Marsica del 1915, l'Eco-museo della Riserva e la Cascata di Zompo lo Schioppo.

Luogo di ritrovo: Morino (AQ)
Difficoltà percorso: Turistico - Escursionistico (Medio - Facile)
Durata: 6 Ore
Distanza: 10 Km
Dislivello: 250 m
Periodo consigliato: Tutto l'anno
Raccomandazioni: si consiglia vestiario idoneo "a strati", comodo e possibilmente traspirante; scarpe da escursionismo, zainetto, kway, cappello. Portare con se minimo un litro e mezzo d'acqua, snack, pranzo al sacco. Vietato portare a seguito animali domestici.

- **La Val Fondillo e la Grotta delle Fate – Opi (AQ)**

Itinerario fiabesco, una valle immersa tra immense ed antichissime foreste, solcata da limpide e gelide acque. Luogo simbolo del Parco, ospita dal 2015 il Museo dell'Uomo e della Foresta, ristrutturato sulla base di un'antica segheria, a testimonianza delle attività tradizionali dei boscaioli.
Il percorso costeggia il vallone Cacciagrande, primo nucleo forestale che diede vita al Parco Nazionale d'Abruzzo nel 1922, oggi Riserva Integrale e Sito Unesco dal 2017, insieme alla vicina Valle Jancino, per la presenza di foreste vetuste. Si percorre l'agevole sentiero giungendo prima al Rifugio dell'Acqua Sfranatara e successivamente alla Grotta delle Fate, suggestiva sorgente che sgorga sotto una volta rocciosa, dai tratti selvaggi e misteriosi.

Luogo di ritrovo: Opi (AQ)
Difficoltà percorso: Turistico - Escursionistico (Medio - Facile)
Durata: 5 Ore
Distanza: 14 Km a/r
Dislivello: 350 m
Periodo consigliato: Tutto l'anno
Raccomandazioni: si consiglia vestiario idoneo "a strati", comodo e possibilmente traspirante; scarpe da escursionismo, zainetto, kway, cappello. Portare con se minimo un litro e mezzo d'acqua, snack, pranzo al sacco. Vietato portare a seguito animali domestici.

- **La Valle della Cicerana – Lecce nei Marsi (AQ)**

Escursione in uno dei luoghi più affascinati e selvaggi del Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise. Un itinerario che parla di grandi mammiferi, di foreste vetuste, di praterie montane, di paesaggi articolati e ricchi di biodiversità. L'itinerario prende inizio da "Passo del Diavolo" a pochi chilometri da Pescasseroli, per giungere alla Piana della Cicerana, nel comune di Lecce dei Marsi e all'omonimo Rifugio, a circa 1500 metri di quota. La vista è impagabile e le emozioni galoppano nel nostro animo, nei giusti momenti della giornata si possono fare avvistamenti entusiasmanti di animali selvatici.

Luogo di ritrovo: Pescasseroli (AQ)
Difficoltà percorso: Turistico - Escursionistico (Medio - Facile)
Durata: 5 Ore
Distanza: 10 Km
Dislivello: 250 m
Periodo consigliato: Tutto l'anno
Raccomandazioni: si consiglia vestiario idoneo "a strati", comodo e possibilmente traspirante; scarpe da escursionismo, zainetto, kway, cappello. Portare con se minimo un litro e mezzo d'acqua, snack, pranzo al sacco. Vietato portare a seguito animali domestici.

TARIFFARIO

- **INTERA GIORNATA (5 – 8 Ore)**

costo escursione (oltre i 6 partecipanti) – 15 € per persona

costo escursione (fino a 6 partecipanti) – a partire da 20 € per persona

ragazzi dai 12 ai 18 anni – 25% di sconto sul prezzo intero

bambini dai 6 ai 12 anni – 50% di sconto sul prezzo intero

- **MEZZA GIORNATA (3 – 4 Ore)**

costo escursione (oltre i 6 partecipanti) – 10 € per persona

costo escursione (fino a 6 partecipanti) – a partire da 15 € per persona

ragazzi dai 12 ai 18 anni – 25% di sconto sul prezzo intero

bambini dai 6 ai 12 anni – 50% di sconto sul prezzo intero

Note informative

Per concordare il tipo di attività ed avere info maggiormente dettagliate (preventivo di spesa, dettagli sul percorso, equipaggiamento necessario, comunicare esigenze particolari, ecc.) contattare la guida di riferimento.
Alcune delle esperienze/escursioni possono essere svolte anche nella fascia oraria serale/notturna, oppure personalizzabili a seconda degli interessi, nonché prevedibili nel periodo invernale con l'utilizzo di ciaspole/racchette da neve..
Ogni escursione va prenotata anticipatamente (minimo 48h prima) per valutare la disponibilità della/e guida/e, nonché per la buona riuscita dell'evento; si fa presente che per le esperienze "Rurality" ed "Eco-Lab" , ai fini organizzativi e logistici è gradita la prenotazione anticipata di 7 giorni.

Le quote comprendono: Servizio guida ambientale escursionistica iscritta al registro nazionale AIGAE (Associazione Nazionale Guide Ambientali Escursionistiche), operanti nel settore in base alla Legge n.4 del 14 Gennaio 2013; Assicurazione professionale RC, oneri.
Le quote non includono eventuali biglietti d'ingresso a "musei, centri visite, etc." e/o costi relativi a Guida Turistica (esterne all'organizzazione) per i siti storico-archeologici in cui è obbligatoria per legge, e tutto ciò non specificato nelle "quote comprendono".

Su richiesta e senza impegno, vi è la possibilità di ottenere un programma di massima della giornata e preventivo di spesa.

CONTATTI

Giovanni Castellucci
Guida Ambientale Escursionistica
Tessera Aigae n. LA535
Cell. 346-5152259
E-mail: micro.cosmo.85@gmail.com
PEC: c.giovanni@pecagrotecnici.it