

**REGOLE BASE  
PER UNA CORRETTA ESCURSIONE**  
\*\*\*\*\*

**Attrezzatura consigliata** (tenendo conto della stagione):

Zaino e borraccia  
Scarpe da Trekking Leggero (TL)  
*NON usare scarpe da tennis a suola liscia (SL)*  
Calze: copertura polpaccio; a metà gamba  
*EVITARE di NON USARE CALZE*  
Bastoncini da trekking consigliati - soprattutto in salita  
Giacca a vento, felpa, mantellina impermeabile, ricambio

**Sicurezza dell'escursione:**

L'attrezzatura riveste un ruolo molto importante, per questo consigliamo a tutti un abbigliamento adatto e vestiti di ricambio. Per i percorsi semplici, adatti a tutte le età, non sono richiesti particolari preparazioni o specifici allenamenti, per altri percorsi, come per il trekking estivo, è indispensabile un minimo di allenamento. Tuttavia è importante sottolineare che andare in montagna senza l'aiuto di un accompagnatore richiede senz'altro prudenza ed esperienza, per questo consigliamo un minimo di attenzione. Inoltre ricordiamo a tutti che non è necessario salire a grandi quote per godere di emozioni indimenticabili.

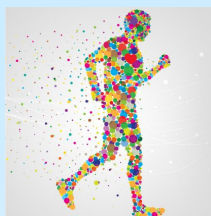
**Buone regole di comportamento:**

1. Leggi attentamente il foglio gita e valuta le tue capacità fisiche
2. Attieniti alle istruzioni del capo-gita
3. Sii puntuale agli orari
4. Non sopravanzare il conduttore di gita
5. Non abbandonare il gruppo o il sentiero
6. Non ti attardare per futili motivi
7. Cooperare al mantenimento dello spirito di gruppo ed alla sua compattezza
8. Rispetta l'ambiente, non abbandonare rifiuti, non cogliere vegetali, non produrre inutili rumori molesti
9. Grazie per la collaborazione e... Buona escursione!

**Importante:**

Fai sempre una copia della tua tessera assicurativa per comprovarne il possesso qualora l'originale fosse stata smarrita e ti servisse ricorrere all'assicurazione

***Puoi iniziare partecipando  
ad alcune nostre iniziative...  
... continuano le nostre passeggiate  
serali a Pontecurone.***



**Per informazioni e adesioni:**

**Strada Facendo**  
Piazza G. Marconi, 6  
15055 PONTECURONE (AL)  
Tel. 338.2819207  
[www.stradafacendoaps.it](http://www.stradafacendoaps.it)  
e-mail: [info@stradafacendoaps.it](mailto:info@stradafacendoaps.it)

# Escursioni



**Strada Facendo**  
APS Pontecurone

# 2017





# Programma Escursioni 2017



2017	Escursione	Pranzo Trasporto
8 gennaio	Sulla vecchia ferrovia <i>Albisola - Varazze</i>	Al sacco Pullman
5 febbraio	Sulle colline di Berzano <i>Berzano - Berzano</i>	Auto propria
5 marzo	Anello San Ponzo-Serra del Monte-San Ponzo	Auto propria
19 marzo	Anello di Guardamonte <i>Momperone - Momperone</i>	Al sacco Auto propria
2 aprile	Osservatorio astronomico di Casasco <i>Brignano - Brignano</i>	Auto propria
30 aprile	Intorno al Bric Castelvelli Santuario di Crea <i>Crea - Crea</i>	Al sacco Pullman
14 maggio	Volpedo - Sentiero del mon- te Brianzone <i>Volpedo - Volpedo</i>	Auto propria



(\*) - Programma soggetto a variazioni ed aggiornamenti che saranno comunque comunicati per tempo

2017	Escursione	Pranzo Trasporto
11 giugno	Sulla motonave Beatrice <i>Arena Po - Arena Po</i>	Al sacco Auto propria
25 giugno	Passeggiata Valle d'Aosta <i>Estoul - Estoul (Brusson)</i>	Al sacco o rifugio Pullman
14 luglio	V Camminata Camminando sotto le stelle Mem. M.Massone - A.Lona <i>Pontecurone</i>	
29 - 30 luglio	Piani di San Lorenzo	Al sacco Auto propria
10 settembre	Tra le vigne dell' astigiano <i>Luoghi Vari</i>	Al sacco Auto propria
1 ottobre	Autunniamo <i>Pontecurone</i>	
8 ottobre	Giro delle Cascine <i>Pontecurone</i>	
22 ottobre	Giro delle Cascine <i>Pontecurone</i>	

