

**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. Coopera 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...*

*... per esempio con
le passeggiate serali a Pontecurone.*



Per informazioni e adesioni:

Strada Facendo

Piazza G. Marconi, 6
15055 PONTECURONE (AL)

Tel. 338.2819207

www.stradafacendoaps.it

e-mail: info@stradafacendoaps.it

Escursioni



Strada Facendo
APS Pontecurone

2018





Programma Escursioni 2018



2018	Escursione	Note
7 gennaio	Tappeto Rosso, Sole e ... tanto iodio Rapallo - Portofino	Pranzo al sacco Pullman
21 gennaio	Da "Palazzo" alla chiesa di Pallenzona	Auto propria
4 febbraio	Dal Vino all'Acqua Codevilla	Auto propria
18 febbraio	Giro delle Cascine Zona Nord-Ovest	In Paese
4 marzo	Tra Boschi e Castelli Val Ardivestra	Pranzo al sacco Auto propria
18 marzo	Tra Terme, Rocche ...e Castelli Salice Terme	Auto propria
2 aprile	Castello, Valle Scura, Bosco ...e Dernice Brignano Frascata	Pranzo al sacco Auto propria
22 aprile	Dove l'Airone spiccò il volo Castellania	Pranzo al sacco Auto propria
1 maggio	Montegioco e ...il suo laghetto	Auto propria
13 maggio	Il sentiero delle ginestre Palazzo di Montegioco	Auto propria
27 maggio	Luoghi del Papa Buono (Giovanni XXIII) Sotto Il Monte (BG)	Pranzo Sacco/Risto Pullman
3 giugno	Il sentiero del Cinghiale E Il Sole di Pellizza Berzano di Tortona	Auto propria



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



2018	Escursione	Note
10 giugno	Un giro tra le colline di Moleale (Sentiero 154)	Auto propria
17 giugno	Adelaide 1896 Casasco	Auto propria
1 luglio	Incanto e Bellezza della Val d'Ayas Brusson (AO)	Pranzo al sacco Pullman
8 luglio	Santuario di Crea con le 23 artistiche Cappelle	Pranzo al sacco Pullman
13 luglio	Festa Patronale Pontecurone	In Paese
4-5 agosto	Fine Settimana ai Piani di San Lorenzo (si mangia, si canta ecc.)	Auto propria
9 settembre	Tra le vigne e i profumi del Monferrato Portacomaro (AT)	Pranzo al Sacco/Risto Auto propria
16 settembre	Pont Saint Martin Borgofranco d'Ivrea (TO)	Pranzo al sacco Pullman
23 settembre	Da Volpedo a Cà Del Bruno (Le nostre colline)	Auto propria
14 ottobre	Cecima - Serra del Monte (Anello)	Auto propria
28 ottobre	Da Pizzocorno all' Eremo di Sant' Alberto di Butrio	Auto propria
18 novembre	Brignano - Serra Del Monte (Anello)	Auto propria
2 dicembre	Mastarone e il suo laghetto Momperone	Auto propria
16 dicembre	Giro delle Cascine Zona Ovest	In Paese