



# CON PARMACHECAMMINA LONG WEEK DAL 22 AL 24 GENNAIO ALTA VAL DI NON

## CAMMINATA ITINERANTE TRA BOSCHI INNEVATI, RUSCELLI E CASCATE D'ACQUA



**PARMACHECAMMINA** vi propone, dopo questa pausa obbligata, tre fantastiche escursioni all'interno dell'ALTA VAL DI NON, tra boschi, laghi, cascate e chiese. Andremo alla scoperta di un luogo davvero unico e magico nel suo genere, dove faranno da padroni i magnifici prati e boschi. Proprio in questo dolce contesto che sorge **HOTEL CAVALLINO BIANCO**, bianca Oasi con piscina idromassaggio interna ed esterna, bagno turco, biosauna, sauna, zona relax con angolo di tisane e frutta fresca e terrazza solarium, che ci accoglierà con la sua ottima cucina e le sua prelibata colazione.

### PROGRAMMA

**VENERDI' 22 GENNAIO** partenza da Parma ore 7.00 con ritrovo davanti al Road House del parcheggio scambiatore Nord dell'autostrada, orario previsto di arrivo ore 10.00 escursione al LAGHI DI COREDO e San Romedio (pranzo a sacco) in alternativa Lago di Tret e visita alle cascate. Nel pomeriggio centro benessere  
**LUNGHEZZA:** 6 km circa - **DISLIVELLO:** 190 m - **DURATA:** 2 ore circa (escluse le pause)

**SABATO 23 GENNAIO:** escursione ad anello con ciaspole alle malghe al confine tra la Val di Non e la Val D'Ultimo. Se possibile pranzeremo in Malga (se aperta) oppure pranzo a sacco, fornito dall'hotel.

Nel pomeriggio, centro benessere.

**LUNGHEZZA:** 11 km circa - **DISLIVELLO:** 450 m - **DURATA:** 5 ore circa (escluse le pause)

**DOMENICA 24 GENNAIO:** Partenza ore 9.00 dopo la colazione, escursione a sorpresa partendo dall'hotel.

Dopo la camminata rientro in hotel per pranzo e partenza

**LUNGHEZZA:** 8 km - **DISLIVELLO:** 300 mt - **DURATA:** 3 ore circa

**Le escursioni in programma potrebbero subire piccole variazioni in base alle condizioni meteo e non solo.**

**Abbigliamento consigliato invernale:** scarponi da montagna con suola vibram, giacca antivento/pioggia, maglia termica manica corta/lunga, smanicato, guanti e cappello, pile ed un cambio completo da inserire nello zaino, ramponcini.

**Le adesioni dovranno pervenire entro e non oltre il 10 gennaio, nelle seguenti modalità email/whatsapp**

**Il costo dei due pernottamenti comprensivo di pensione completa** (comprensivo di bevande 1/2 l di acqua e 1/4 l di vino della casa e sono escluse altre bevande alcoliche o analcoliche e i caffè) e **quota organizzativa**, è di **250 Euro (15 partecipanti) o 225 Euro (20 partecipanti)** - il supplemento della camera singola è di **30 Euro a notte (massimo 2/3 camere singole disponibili).**

**La quota non comprende:**

**A-** le spese del viaggio che sono a carico dei partecipanti e che saranno da dividere fra i componenti, ad esclusione di chi mette fuori il proprio mezzo (usura).

**B-** la tassa di soggiorno (1,50 Euro al giorno).

**Le adesioni dovranno pervenire entro e non oltre il 10 GENNAIO e al momento delle adesioni è richiesto un acconto di 50 euro sul seguente IBAN: IT59 L084 5412 7000 0000 0250 197 (Banca Cremonese A.S.D. Parmachecammina-NW) indicando Nome Cognome e Causale, se è possibile il saldo una settimana prima della trasferta oppure il giorno stesso della partenza.**

**INFO/PRENOTAZIONI :** PATRIZIA CELL. 339/2792580 [parmachecammina2016@gmail.com](mailto:parmachecammina2016@gmail.com)