

lasciare una traccia sulla neve soffice, camminare nel silenzio della montagna, lasciarsi trasportare dal gusto di un buon pranzo in rifugio e regalarsi una coccola speciale sono gli ingredienti delle

ciaspolate emozionanti

7 febbraio: bianco crinale del passo di pradarena

21 febbraio: antichi sentieri dell'abetina reale

14 marzo: alle fonti del secchia

ciaspole e poi.. coccole

partenza ore 7 dal parcheggio di via cecati con pullman privato

coccole in pasticceria, cornetto e cappuccino per ben cominciare

camminata con le ciaspole e pranzo in rifugio

SAUNA, IDROMASSAGGIO, DOCCE EMOZIONANTI E BAGNO TURCO
al centro benessere ONDA DELLA PIETRA di CASTELNOVO MONTI

ritorno al parcheggio cecati alle ore 21

francesco ferretti guida escursionistica
(aderente ad AIGAE ass. it. guide escursionistiche)
info@francescoferretti.it o 335-5368111

REGGIO GAS
VERDE & BLU
TREKKING ALPINISMO AVVENTURA

via D. Cecati 3/1 - Reggio Emilia
tel e fax 0522-431875 • info@reggiogas.it • www.reggiogas.it



tutte le informazioni utili

Le Ciaspolate sono camminate in ambiente innevato con le racchette da neve (ciaspole) che utilizziamo per meglio "galleggiare" sul manto nevoso. L'utilizzo delle ciaspole non è affatto difficile, bastano pochi passi per camminare con le racchette ai piedi. La progressione è lenta e adatta anche ai bambini.

I percorsi sono di difficoltà medio-bassa, adatti a tutti. In particolare:

- **Passo di Pradarena:** facile, adatto a tutti, 2-3 ore complessive di camminata con moderato dislivello (200-250m) sul crinale verso il monte Sillano. Pranzo al rifugio Carpe Diem al ritorno. Ideale per bambini.
- **Abetina Reale:** facile/medio, 3 ore di camminata complessiva, 350 metri di dislivello, pranzo al Rifugio Segheria dell'Abetina Reale.
- **Sorgenti del Secchia:** media difficoltà, 4 ore complessive di camminata (a/r) e 400 metri di dislivello, pranzo al ristorante del Passo del Cerreto

La quota di partecipazione di **60 euro** comprende il servizio della guida, il trasposto in pullman, la colazione (cornetto e cappuccino), il pranzo al rifugio e l'ingresso al centro benessere (sauna-idromassaggio-bagno turco, docce emozionanti e tisane)

Nel caso non venisse raggiunto il numero minimo di partecipanti per il pullman verrete ricontattati via email il mercoledì per la disponibilità ad effettuare il trasporto con le auto proprie. Agli autisti disponibili verrà corrisposta dall'organizzazione la quota parte relativa al trasporto a titolo di rimborso carburante.

Le ciaspole e i bastoncini, noleggiabili dall'organizzazione (il costo è compreso nella quota di iscrizione), verranno consegnate dalla guida direttamente sul posto e dovranno essere rese al termine dell'escursione.

Per la conferma della prenotazione è necessario versare una caparra di 20 euro per persona presso il negozio Reggio Gas in via Cecati a Reggio Emilia.

Per l'escursione è necessario un abbigliamento adeguato, scarponcini da montagna caldi e impermeabili, ghette e giacca a vento. In caso di dubbi sull'abbigliamento potete contattare direttamente la Guida. Utile un termos con bevanda calda da portare durante l'escursione

Per l'ingresso al centro benessere sono necessari costume da bagno, asciugamano e ciabatte

La ciaspolata sarà rimandata solamente in caso di maltempo persistente, nel qual caso la caparra versata sarà restituita o conservata per una futura ciaspolata.

L'escursione è condotta da una GAE (Guida Ambientale Escursionistica) abilitata dalla Regione Emilia-Romagna.