

Su e giù per le colline del parmense a Torrechiara e dintorni 18-19 marzo 2023

- Possibilità di partecipare solo la domenica -

Una due giorni all'insegna del cammino e della buona cucina. Percorreremo le colline del parmense nella zona di Sala Baganza e del castello di Torrechiara.

Durante le camminate del sabato e della domenica avremo modo di attraversare zone di grande fascino storico, ambientale e artistico: si potrà cogliere l'occasione non solo per fare sport e immergersi nella natura ma anche per visitare castelli e antiche pievi delle Terre di Matilde di Canossa come il Castello di Felino e soprattutto il bellissimo Castello di Torrechiara.



Queste escursioni fanno parte delle uscite in preparazione alla 32 km al Passatore quindi il sabato, a fine camminata, chi vorrà potrà allungare il percorso facendo una parte extra come allenamento. Stessa cosa succederà la domenica mattina dove ci saranno 2 partenze scaglionate e chi deve fare l'allenamento specifico partirà con un po' di anticipo per allungare il percorso.

La sistemazione sarà in albergo a Sala Baganza e il buon cibo, tipico di queste zone, farà da cornice alle nostre passeggiate.

Nel pomeriggio della domenica concluderemo le camminate con una merenda salata a base di salumi e l'immane Torta Fritta.

Per chi vuole possibilità di partecipare solo alla gita della domenica; per questo accordarsi direttamente con la guida.

INFORMAZIONI:

Ritrovo: sabato 19 marzo 2023 ore 8,30 in piazzale Corvetto a Milano in corrispondenza benzinaio Esso. Per altre soluzioni contattaci.

Per chi viene solo la domenica il ritrovo sarà direttamente sul posto.

Viaggio: con auto private. Chi ne fosse sprovvisto è pregato di segnalarlo. Faremo in modo di compattarci per utilizzare il minor numero possibile di auto.

Attrezzatura: abbigliamento sportivo a strati, scarpe da ginnastica, zainetto, bastoni da nordic walking se li usate (portare i piedini in gomma perché ci sono anche tratti in asfalto).

Costi: verrà istituita una cassa comune di circa 100€ per pernottamento in hotel 3 stelle con trattamento pernottamento e colazione, cena, e ingresso castelli. Per esigenze diverse (camera singola o tripla) chiedere alla guida di riferimento.

Supplemento singola 20,00€ (in base alla disponibilità della struttura).

Costi di accompagnamento: € 45,00 da versare direttamente in loco, per conduzione durante tutto il viaggio di un Accompagnatore di media Montagna e istruttore di nordic walking.

La quota non include: spese viaggio, pranzi al sacco, extra individuali.

Rientro domenica 19 marzo circa per le ore 21:30 per chi si ferma a mangiare la torta fritta, verso le ore 19:30 per chi invece rientra subito a fine gita.

Termine iscrizioni: il 4 marzo 2023 scade l'opzione per le camere ma comunque, anche oltre questa data, ci si potrà iscrivere ma sarà in base alla disponibilità in hotel.

Informazioni e guida: Alberto Saccani 348 8892516 - alberto.saccani@milanonordwalk.it