

VIAGGIO ATTIVO

A tutto sport: tra valli e cime alla scoperta del cuore d'Italia

(Valnerina, Monti Sibillini, Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga)



La nuvola d'acqua che mi avvolge, il rombo dell'acqua, che cade dagli oltre quaranta metri del terzo salto della cascata, che mi scuote, le impetuose acque del fiume Nera che trascinano la mia canoa in una folle ma stupefacente corsa verso valle; innumerevoli gruppi di canoisti e rafters accompagnati per tanti anni in lungo ed in largo tra le ripide pareti della Valnerina; i primi mesi di militare trascorsi a Spoleto nella Scuola di Polizia; il campo invernale della protezione civile nel parco Nazionale del Gran Sasso, le innumerevoli escursioni a piedi e con gli sci di fondo a Campo Imperatore, il fascino magnetico di Rocca Calascio. (Riccardo)

Tutto questo ci lega inestricabilmente con questi luoghi che scopriremo in **un tour di 6 giorni** dove avremo modo **di modulare le attività costruendo il nostro viaggio ideale**.

Ci incontreremo davanti ad uno degli spettacoli più maestosi d'Italia, quella **cascata delle Marmore** che con un dislivello totale di oltre 160 metri è la cascata artificiale più alta d'Europa, e proseguiremo alla scoperta della rigogliosa Valnerina, uno dei luoghi preferiti dagli amanti dell'aria aperta del Centro Italia per le sue molteplici attrazioni: dal **rafting** immerso nello splendido scenario del fiume Corno, a quello lungo le impetuose acque a valle della cascata, dalle **discese guidate in kayak** lungo le limpide acque del fiume Nera, al suggestivo percorso in **bicicletta lungo l'antica Ferrovia Spoleto-Norcia**. Senza contare gli innumerevoli e incantevoli **piccoli borghi e i**



capolavori artistici che la caratterizzano, come Ferentillo, Scheggino, l'abbazia di San Pietro in Valle e tanti altri.

Saliti in quota, entreremo nel **Parco Nazionale dei Monti Sibillini**, un'area che, seppur duramente colpita dal terremoto del 2016, ha conservato intatta la sua selvaggia bellezza. Verremo rapiti dai suoi vasti panorami e ne scopriremo gli affascinanti borghi, primo tra tutti **Castelluccio di Norcia** e i suoi piani, famosi per tingersi di mille colori nella stagione della fioritura.

Raggiunta la suggestiva **gola dell'Infernaccio**, proseguiremo in direzione sud verso **Amatrice** e da qui verso il **Parco Nazionale del Gran Sasso** e dei Monti della Laga. Castel del Monte, Santo Stefano di Sessanio, **Rocca Calascio**, **Campo Imperatore**, anche conosciuto come il Piccolo Tibet d'Italia, saranno gli straordinari scenari che faranno da sfondo alla conclusione del nostro viaggio, che ci porterà a scoprire, **a cavallo, a piedi o in bicicletta**, una delle aree naturalistiche più intatte e suggestive della nostra penisola.

Gli indimenticabili del viaggio

- **10, 100, 1000 volte natura** in questo tour volto a scoprire il meglio che la natura ha da offrire nel vero cuore d'Italia, tra Umbria, Marche e Abruzzo
- **10, 100, 1000 divertenti attività** possibili per godere al meglio della bellezza di questa natura
- La **Cascata della Marmore**, la cascata artificiale più alta d'Europa immersa nel meraviglioso paesaggio della Valnerina
- La **Valnerina**, percorsa da fiumi, coperta da rigogliose foreste, punteggiata da caratteristici borghi arroccati sui ripidi pendii delle montagne che la costituiscono. Da non perdere...
- **Castelluccio**, i suoi piani e le vette dei **Monti Sibillini** a cavallo tra Marche e Abruzzo, provare per credere...
- **Campo Imperatore**, il piccolo Tibet d'Abruzzo e il **Gran Sasso**, con i suoi quasi 3000 mila metri, la montagna più alta a sud delle Alpi e il Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga che lo racchiude
- Un doveroso passaggio ad **Amatrice**, cercando di portare il nostro piccolo contributo per la sua rinascita.
- La miriade di pittoreschi **piccoli borghi** con rappresentano il cuore più autentico di questo nostro tour nel cuore d'Italia.



Itinerario

1° GIORNO: INCONTRO ALLA CASCATA DELLE MARMORE

Incontrandoci davanti al magnifico spettacolo offerto dalla Cascata delle Marmore che cade dai suoi oltre 160 metri di altezza, non abbiamo dubbi che qualcuno si chiederà dove va a finire tutta quell'acqua, la risposta l'avremo sotto gli occhi e i più coraggiosi potranno scoprirlo in un'emozionante cavalcata a bordo di un gommone da rafting* sulle acque del fiume Nera. Certamente soddisfatti della spettacolo appena visto, ci inoltreremo in Valnerina dove andremo alla scoperta di pittoreschi borghi, come Ferentillo, e di tesori d'arte, come la bellissima Abbazia di San Pietro in Valle. In serata avremo la possibilità di cenare nella suggestiva cornice della cittadina di Spoleto. Pernottamento in Valnerina.

2° GIORNO: ALLA SCOPERTA DELLA VALNERINA

Dopo una ricca colazione, avremo la possibilità di scegliere tra una divertente discesa in canoa* lungo il fiume Nera, uno scenografico rafting* lungo il fiume Corno, o una passeggiata in bicicletta* lungo l'antica ferrovia Spoleto/Norcia. Nel pomeriggio ci trasferiremo verso Norcia, fermandoci, tempo permettendo, a conoscere qualcuno dei tanti borghi che caratterizzano la valle. Pernottamento in zona Norcia.

3° GIORNO: IL PARCO DEI MONTI SIBILLINI. CASTELLUCCIO DI NORCIA E DINTORNI

Oggi partiremo alla scoperta del Parco dei Monti Sibillini, con lo splendido paesino di Castelluccio e i suoi piani. Valuteremo come visitare al meglio il Parco in base al meteo e ai desideri del gruppo*, trascorrendo l'intera giornata alla sua scoperta.

Pernottamento in zona Norcia.

4° GIORNO: LE GOLE DELL'INFERNACCIO - AMATRICE

Oggi ci sposteremo nelle Gole dell'Infernaccio, splendide gole naturali frutto del paziente lavoro del fiume Tenna che le ha scavate nel corso di milioni di anni. Le ripide pareti sono definite tanto impressionanti quanto magnifiche e possenti e in alcuni punti arrivano quasi a sfiorarsi, permettendo a malapena alla luce di penetrare fino in fondo. Chi se la sentirà potrà anche decidere di arrivare all'antico Eremo di San Leonardo, in antichità uno dei più belli delle Marche.



Nel pomeriggio ci dirigeremo verso Amatrice dove, con la nostra presenza, cercheremo di dimostrare la nostra solidarietà attiva nei confronti di questi luoghi tanto colpiti dal terremoto. Gusteremo alcuni prodotti locali* e pernosteremo qui.

5° GIORNO: ALLA SCOPERTA DEL PARCO DEL GRAN SASSO

Oggi la giornata sarà dedicata all'esplorazione del Parco Nazionale del Gran Sasso e Monti della Laga e dei suoi caratteristici borghi. Percorreremo in auto il suo perimetro e ne scopriremo le bellezze con varie soste lungo il percorso, fino ad arrivare a Castel del Monte e alla suggestiva Rocca Calascio. Pernottamento in zona.

6° GIORNO: CAMPO IMPERATORE, IL PICCOLO TIBET D'ABRUZZO

Dopo colazione ci muoveremo alla volta dell'altopiano di Campo Imperatore, il più esteso e imponente altopiano dell'Appennino, conosciuto per questa sua caratteristica come il Piccolo Tibet d'Abruzzo e circondato da alcune delle cime più elevate e suggestive di questa catena. Quest'area è famosa anche per i suoi pascoli, che in passato rappresentarono un'importante risorsa economica in quanto da qui muoveva il famoso tratturo magno, il principale percorso della transumanza. In base alle nostre preferenze, potremo effettuare una divertente escursione in bicicletta* o a cavallo* per meglio conoscere la zona. Nel tardo pomeriggio ci saluteremo e inizieremo a tornare verso le nostre case.



Scheda tecnica

Date di partenza:

24 – 29 agosto (6 giorni - 5 notti)

Tipologia: viaggio in piccolo gruppo (max 12 persone) con Riccardo come tour leader. Viaggio attivo. E' consigliato almeno un discreto livello di allenamento per poter apprezzare al meglio lo spirito del viaggio. Si ricorda comunque che la maggior parte delle attività sportive suggerite sono facoltative, di conseguenza è possibile costruire individualmente un tour adatto al proprio grado di allenamento (vedi al riguardo l'apposita sezione "Novità dei nostri viaggi in Italia" in fondo a questa scheda viaggio)

Cosa facciamo: visite nei parchi e nei principali borghi di interesse toccati dall'itinerario. Degustazione dei prodotti tipici e specialità locali. Sono previste, sebbene proposte come facoltative e per questo non inserite nella quota, attività quali: rafting, canoa, bicicletta, cavallo ed escursioni a piedi a seconda delle scelte del singolo e del gruppo.

Pernottamento: in piccoli hotel, agriturismi, B/B (vedi al riguardo l'apposita sezione "Novità dei nostri viaggi in Italia" in fondo a questa scheda viaggio)

Trasporti: il costo dei i trasporti non è incluso nella quota, di conseguenza è previsto che ogni partecipante si organizzi in maniera autonoma. Su richiesta è possibile prevedere il trasporto con la guida secondo le norme Covid-19 (vedi al riguardo l'apposita sezione "Novità dei nostri viaggi in Italia" in fondo a questa scheda viaggio)

Lunghezza percorso: 500 km circa (come punto di partenza si considera la prima tappa del tour e come punto di arrivo l'ultima. Non vengono considerati i trasferimenti da e per questi due punti. Il totale dei chilometri indicati è approssimato e a puro titolo informativo. Non considera eventuali deviazioni e variazioni di itinerario, non solo sempre possibili, ma anzi auspicabili nell'ambito di un viaggio di scoperta).

A cura di: Idea e progetto di viaggio di Latitude 180° con l'organizzazione tecnica di Enterprise srl



Quota viaggio

Data di partenza:

24-29 agosto (6 giorni - 5 notti)

Quota: Minimo 5 massimo 12 partecipanti:

- 5 persone: 700,00€
- dalle 6 persone: 650,00€

Supplemento singola per l'intero viaggio, previa verifica della disponibilità: € 125,00

La quota comprende

La sistemazione in camera doppia con bagno privato. Trattamento di pernottamento e prima colazione. Riccardo come guida e accompagnatore per tutta la durata del viaggio.

La quota non comprende

Il trasporto, i pasti, gli ingressi, le attività facoltative, l'assicurazione obbligatoria, le spese di apertura pratica, tutto ciò non contemplato nella quota comprende.

Costi attività facoltative (contrassegnate da asterisco nell'itinerario)

Rafting sul fiume Nera a valle delle Cascate delle Marmore: € 50,00

Rafting soft sul fiume Corno o canoa sul fiume Nera: € 40,00 o noleggio ebike per escursione lungo l'antica ferrovia Spoleto-Norcia: € 40,00

Noleggio bici Castelluccio mezza giornata € 20,00 o giro a cavallo nella Piana di Castelluccio (1h) € 25,00

Noleggio bici Campo Imperatore, intera giornata € 30,00 o giro a cavallo nella zona di Rocca Calascio, mezza giornata € 60,00

Cena degustazione ad Amatrice € 25,00

NB: Le attività facoltative, quindi a scelta del cliente, possono richiedere un numero minimo per essere effettuate. Pertanto, per una migliore organizzazione, si richiede di rendere nota la propria scelta all'atto della prenotazione (vedi al riguardo l'apposita sezione "Novità dei nostri viaggi in Italia" in fondo a questa scheda viaggio)



Le novità dei nostri viaggi in Italia

Ora vi andiamo a delineare quelle che sono le maggiori novità dei nostri viaggi in Italia rispetto alla nostra classica programmazione. Si possono sintetizzare nella parola **flessibilità** e derivano da tre fattori principali:

- Il diverso spirito con il quale siamo convinti affronteremo i viaggi nel nostro paese, un **maggior senso di familiarità e sicurezza**;
- Una logistica più semplice ed **una maggiore autonomia**, data dalla maggiore facilità di spostarsi anche con mezzi propri;
- Come è facilmente comprensibile, un periodo eccezionale come questo, va affrontato in maniera eccezionale e non convenzionale.

Ecco le **novità**:

Struttura modulare

La flessibilità si concretizza per alcuni tour nell'essere **modulari in termini di giorni e/o di attività**, con la possibilità di scegliere quanto una o entrambe le parti del tour e quali attività facoltative svolgere, in base ai propri gusti e al proprio budget di spesa, in modo da costruirsi il proprio viaggio ideale.

Nella scelta delle attività, si dovrà necessariamente tener conto dell'eventuale numero minimo necessario allo svolgimento di alcune di esse, ragion per cui cercheremo di organizzarle al meglio e per quanto possibile prima della partenza.

Trasporto non incluso

Nella quota dei tour il trasporto non è incluso. E' una scelta ben precisa, in quanto, viaggiando in Italia, e potendo essere il tour proposto anche solo una parte delle vostre vacanze, abbiamo deciso che, se vorrete, potrete partecipare conducendo la vostra auto. Per cui i tour, pur rimanendo a tutti gli effetti tour guidati, sono pensati con equipaggi che si muovono in autonomia. Ma su richiesta, previa verifica della disponibilità e con un costo variabile per ogni tour, è possibile organizzare il trasporto con mezzi a noleggio o di proprietà della guida, condotti dalla guida stessa e nel rispetto delle normative Covid-19 in materia di distanziamento sociale a bordo dei mezzi di trasporto.

Alloggi flessibili

Vista la natura dei luoghi in cui verranno effettuati i viaggi e la precisa scelta di usare strutture come agriturismi, bed & breakfast e piccoli hotel che, date le loro dimensioni, potrebbero non



avere stanze sufficienti per tutti i partecipanti, non possiamo garantire che l'intero gruppo alloggerà nella stessa struttura. Ovviamente verrà fatto il possibile per trovare una sistemazione quanto più possibile vicina a quella degli altri partecipanti e di una tipologia simile. La sistemazione specifica verrà comunicata solo all'atto della prenotazione.

Giorno 0: un giro in e-bike per la Città Eterna?

Dal momento che Riccardo, l'accompagnatore e guida della grande parte dei tour, dovrebbe partire quasi sempre da Roma, abbiamo deciso di offrire una bella escursione in ebike per il centro storico di Roma a coloro che partiranno con lui (con la sua auto o meno) e arriveranno per questo il giorno prima in città. Non sarà una visita guidata, ma semplicemente un modo per passare un piacevole pomeriggio in compagnia di un romano per le vie della Città Eterna. L'attività sarà su richiesta e soggetta a riconferma da parte di Riccardo stesso. Contattaci per ulteriori informazioni.

Se vuoi maggiori informazioni, visita l'apposita sezione in "Italia secondo Latitude" sul nostro sito o contattaci.