

VIAGGIO ATTIVO: SPECIALE WEEK END

(Un passo in più...un metro più in là...un'altra realtà...)

IL MAGICO FOLIAGE NEL PARCO DEI MONTI SIMBRUINI



Ottobre 2020: quello che nasce come periodo di “isolamento forzato”, con il passare del tempo, solo, immerso nella natura, diventa pura magia, la magia del foliage autunnale. Ed è da questi quindici giorni trascorsi l'autunno scorso nel Parco dei Monti Simbruini, in quello che forse è il periodo più affascinante dell'anno, che trae ispirazione questo fine settimana tra i colori autunnali delle sue faggete. (Riccardo)

In barba a coloro che non possono evitare di raccontare al ritorno da un'escursione quanti chilometri hanno percorso o quanto dislivello hanno superato, questa volta l'obiettivo non sarà percorrere un itinerario preciso ma solo vivere la magia del bosco.

Lo faremo in un week end che sarà diviso in due distinte giornate di escursioni che ci permetteranno di cogliere sia i piccoli dettagli, quei particolari che solo appaiono a chi ne percorre i sentieri a ritmo lento, sia il colpo d'occhio, l'atmosfera del bosco nel suo insieme.



Gli indimenticabili del viaggio

- Un tuffo nella magica atmosfera del bosco tra i caldi colori delle faggete e le prime brume autunnali.
- Un'intera giornata da trascorrere camminando immersi nel bosco fino a salutarne gli ultimi attimi fuggenti al tramonto.
- Un'immersione profonda nella natura attraverso un'esperienza di forest therapy.
- Una divertente pedalata con bici elettriche tra le strade sterrate del parco per cogliere appieno la vastità delle sue foreste.

Itinerario

1° GIORNO

Siamo in una delle più vaste faggete d'Europa, quella dei monti Simbruini, e il territorio è così ampio che il modo migliore e più ecologico per coglierne l'atmosfera e immergersi nei suoi colori è senz'altro la bicicletta a pedalata assistita. Percorreremo così le facili strade sterrate, ci fermeremo a fotografare gli angoli più suggestivi e inebriati dal senso di libertà che ci regalerà questo mezzo, torneremo a casa carichi di energia.

Per coloro che rimarranno a dormire in zona o per chi ci raggiungerà solo nel pomeriggio, dopo il meritato riposo e se le condizioni meteo lo renderanno possibile e piacevole, raggiungeremo a piedi un punto dal quale salutare il giorno che se ne va e ammirare il tramonto nel bosco proprio nel momento in cui gli animali notturni iniziano a lanciare i loro suggestivi richiami e la luna (quasi piena in questi giorni) a rischiarare il cielo.

2° GIORNO:

Oggi rallentiamo ancor più i nostri ritmi e ci addentriamo tra i boschi a piedi, con tutto il tempo per respirarne l'atmosfera autunnale e lasciarci affascinare dai suoi colori. Una parte della giornata sarà dedicata ad un'esperienza di forest therapy con la nostra amica Brunella Brunetti, antropologa e socia dell'associazione italiana di medicina forestale. Avremo così modo di entrare ancor più in connessione con il bosco per un'esperienza totalmente immersiva.



Scheda tecnica

Date di partenza:

23 - 24 ottobre 2021

Tipologia: fine settimana composto da due distinte escursioni per un piccolo gruppo di max 10 persone in bicicletta e di max 15 persone a piedi, con Riccardo come tour leader per entrambe le escursioni.

L'escursione in bicicletta a pedalata assistita è svolta in collaborazione con gli amici di Bear Bike Ride che ci forniscono le biciclette e il supporto tecnico.

L'escursione a piedi prevede un'esperienza di forest therapy con la nostra amica e antropologa Brunella Brunetti, socia dell'associazione italiana di medicina forestale.

L'obiettivo di entrambe le escursioni è quello di vivere il bosco autunnale e di godere al meglio della sua bellezza e dei suoi colori, ragion per cui l'itinerario preciso sia della parte in bicicletta che della parte a piedi verrà definito dopo il necessario sopralluogo svolto pochi giorni prima. In ogni caso, per entrambe le giornate, il livello di difficoltà sarà medio-facile. E' comunque consigliabile, vista anche la stagione autunnale, un minimo livello di allenamento e di attitudine all'attività all'aria aperta.

Cosa facciamo: Escursioni a piedi ed in bicicletta a pedalata assistita nel Parco dei Monti Simbruini. Possibilità di prevedere pranzo al sacco in corso di escursione o eventuale pranzo in ristorante al suo termine in base alla volontà del gruppo e alla logistica.

In caso di condizioni meteo avverse che dovessero rendere le attività pericolose o comunque poco godibili, le guide si assumeranno la responsabilità di decidere o meno se effettuare o proseguire le attività. Nel qual caso, vista la presenza di numerose località interessanti nei dintorni, potrebbero essere previste attività e visite alternative.

Pernottamento: il costo del pernottamento del sabato non è incluso nella quota. Possiamo suggerire alcune strutture presenti in zona, ma la prenotazione e il relativo pagamento devono essere effettuati dal partecipante.

Trasporti: il costo dei trasporti non è incluso nella quota ed è previsto che ogni partecipante si organizzi in maniera autonoma. Su richiesta possiamo facilitare la composizione di eventuali equipaggi e possiamo prevedere il trasporto con la guida nel rispetto delle norme sul



distanziamento sociale (vedi al riguardo l'apposita sezione "Novità dei nostri viaggi in Italia" in fondo a questa scheda viaggio)

Lunghezza percorso: Il parco dei Monti Simbruini ha diversi punti di accesso in auto a circa 1h/1:30h da Roma (80/100 km circa). L'area che con maggiori probabilità sarà inclusa nelle due escursioni è quella tra Campo Rotondo, Santuario della Santissima Trinità, Campo Staffi, Monte Livata, Monte Autore e Campaegli.

Per la bicicletta è prevedibile un percorso di circa 20/30 km con durata di 4 o 5 ore tra tutto, mentre per quanto riguarda l'escursione a piedi è prevedibile una durata simile con lunghezza intorno ai 10 km. Il dislivello sarà medio per entrambe le escursioni.

I dati sopra forniti sono solo indicativi e non vincolanti e verranno confermati dopo il sopralluogo effettuato pochi giorni prima.

A cura di: Idea e progetto di viaggio di Riccardo di Latitude 180°



Quota viaggio

Data di partenza:

23 - 24 ottobre 2021

Quota: Minimo 8 massimo 15 partecipanti (10 per la bicicletta)

Primo giorno

Escursione guidata in bicicletta a pedalata assistita comprensiva di noleggio e assistenza tecnica: 60 € a persona.

Eventuale escursione a piedi al tramonto: 15 € a persona (10 € per coloro che partecipano a escursione in bicicletta).

Secondo giorno

Escursione a piedi con inclusa l'esperienza di forest therapy: 25 € a persona

La quota comprende

Escursioni a piedi con Riccardo nelle vesti di guida Aigae (Associazione Italiana Guide Escursionistiche). Esperienza di forest therapy con l'antropologa Brunella Bonetti, socia dell'associazione italiana di medicina forestale. Escursioni in bicicletta con nolo bici e assistenza tecnica di accompagnatori cicloturistici certificati. Tutte le guide sono dotate di assicurazione per la responsabilità civile.

La quota non comprende

Il trasporto, i pasti, i pernottamenti e tutto quanto non incluso alla voce la quota comprende.



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.