



# **Sabato 3 e Domenica 4 Ottobre**

## **2 giorni nelle Marche**

### **“un Aiuto per la ricostruzione”**

## **Ascoli e Arquata del Tronto**

escursione riservata ai soci di Montagna Libera e ai tesserati della Federtrek

Due giorni da trascorrere in una delle regioni più belle d'Italia. L'impegno sociale di Montagna Libera, ci porterà nelle zone colpite dal terremoto del 2016, portando la nostra vicinanza e solidarietà a queste persone duramente colpite. Il nostro contributo è un piccolo sostegno per una ricostruzione che tarda ad iniziare, ***non lasciamoli soli!***

*Programma: **Sabato 3 Ottobre**, arrivo ad Ascoli, visita della città. La visita sarà libera, ogni partecipante può organizzarsi come meglio vuole. Montagna Libera, fornirà ad ogni partecipante una cartina della città e una descrizione delle maggiori attrazioni della città.*

*Pranzo Libero, nella città ci sono tantissime opportunità per mangiare.*

*Nel pomeriggio (l'orario verrà comunicato in loco) si parte per Acquasanta Terme, dove soggiorneremo. Cena - Tempo libero*

***Domenica 4:** dopo la colazione, partenza per Arquata del Tronto. Con gli amici dell'Associazione "Arquata Potest" faremo un'escursione.*

*Itinerario: Trisungo – Faete – Chiesa della Madonna della Neve – Spelonga – Lu Castelucce – Pescara del Tronto*

**Difficoltà. E      Dislivello: Salita 455m. – Discesa 455 m.**

**Quota minima: 633m. Quota massima: 1088 m.      Lunghezza: 10 Km**

Si consiglia un abbigliamento da escursionismo adatto alla stagione e di portare acqua sufficiente all'esigenza personale, maglia di ricambio. Mascherine protettive (2) e soluzione alcolica (gel)

***Si raccomanda di rispettare le nuove normative per lo svolgimento dell'escursione***

**GLI SCARPONI DA TREKKING SONO OBBLIGATORI,**  
**utili i bastoncini, cambio di abiti e scarpe da lasciare in pullman.**

**Accompagnatori: Petricca Domenico – Varricchio Lina**

Al termine dell'escursione pranzo presso l'Osteria del Castello, nell'area SAE di Pescara del Tronto.

**Menù carne :** Antipasto, assaggi di pasta alla Gricia e Amatriciana – Arrosto di maiale e patate al forno – acqua – 1 calice di vino\* – dolce della cas (zuppa inglese) o gelato – caffè.

\* si precisa che oltre al calice di vino compreso nel menù è possibile ordinare vino in bottiglia.

**Menù vegetariano:** Antipasto, assaggi di Tagliatelle con i funghi e zuppa di lenticchie e roveia di Castelluccio – frittata con verdure e patate al forno - acqua – 1 calice di vino\* – dolce della cas (zuppa inglese) o gelato – caffè.

\* si precisa che oltre al calice di vino compreso nel menù è possibile ordinare vino in bottiglia.

Quota di partecipazione, 105 euro che comprende Viaggio in pullman GT – soggiorno presso l'*Albergo Ristorante Terme*, a Acquasanta Terme, con trattamento di mezza pensione, in camere matrimoniali, doppie e singole (3 camere con supplemento di 15 euro), guida escursionistica, pranzo presso l'Osteria del Castello.

Al momento della prenotazione, il socio deve versare un acconto di 55 euro a persona, **in contanti ( si preferisce) in sede** o tramite bonifico bancario intestato a:

Associazione di Promozione Sociale Montagna Libera –

Iban: IT 60 I083 2773 9200 0000 0002 618

Banca di Credito Cooperativo di Roma – Filiale di Aprilia.

Effettuato il bonifico si prega di inviare la ricevuta su Whats App (3382657638) o

all'indirizzo: [gruppomontagnalibera@gmail.com](mailto:gruppomontagnalibera@gmail.com)

**Prenotazioni: dal 9 Settembre fino ad esaurimento posti sul pullman,**  
il Mercoledì presso la sede della Pro Loco di Aprilia in via G. Marconi, 90  
dalle ore 16.30 alle 18,30 -

al 338 2657638 (tutti i giorni 9/13-16/20) anche su Whatts App

per email:[gruppomontagnalibera@gmail.com](mailto:gruppomontagnalibera@gmail.com)

**Ritrovo: Ritrovo: Borgo Piave (rotonda): ore 6.20 – Campoverde: ore 6.35 -**

**Aprilia: ore 6.45 al parcheggio della scuola M. Garibaldi, via E. Fermi.**

**Partenza ore 7.00**

**Pomezia (Selene) ore 7.20 –**

**Tor de Cenci ore 7.30 – Spinaceto Bar Quadrifoglio 7.30**

**Seguici su Facebook: Montagna Libera - e su [www.montagnalibera.it](http://www.montagnalibera.it)**

*Avviso: escursione riservata ai soci, potranno essere annullate o variate le attività a insindacabile giudizio dell'accompagnatore senza penalità alcuna. Dichiarazione di esonero di responsabilità: con la richiesta di partecipazione all'escursione il partecipante esplicitamente attesta e dichiara: di non aver alcun impedimento fisico e psichico alla pratica dell'escursionismo, di essere idoneo dal punto di vista medico e di avere una preparazione fisica adeguata alla difficoltà dell'escursione; di ben conoscere le caratteristiche e le difficoltà dell'escursione; di assumersi in proprio in maniera consapevole ogni rischio conseguente connessa alla partecipazione all'escursione e pertanto di esonerare fin da ora Montagna Libera, il Direttore di escursione e gli accompagnatori da qualunque responsabilità.*