

Cozzo dell'orso il terrazzo sul Mar Tirreno

Domenica 22 Aprile, ore 07:30 appuntamento a San Donato di Ninea (Piazza F.Artuso)

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA entro venerdì 20 Aprile al numero:

348-9144384

Oppure tramite e-mail: cuern@libero.it

Quota di partecipazione € 10

Cozzo dell'orso: il terrazzo sul Mar Tirreno

Ritrovo alle ore 7.30 in Piazza F.Artuso e spostamento in auto verso il Rifugio Piano di Lanzo, luogo di partenza dell'escursione.

Difficoltà: Escursionisti (media difficoltà)

Dislivello: 217 m in salita

Lunghezza Totale 22 Km

Tempo di percorrenza A/R: 8 ore

Quota partenza: 1351 m

Quota massima raggiunta: 1568 m

Gruppo Montuoso: Monti dell'Orsomarso (Parco nazionale del Pollino)

Comuni: San Donato di Ninea

DESCRIZIONE

Itinerario dai paesaggi e dalle vedute eccezionali nonostante la quota relativamente bassa, in uno dei luoghi più affascinanti e selvaggi del Parco Nazionale del Pollino. Il percorso parte dal Rifugio situato in località Piano di Lanzo. attraverso un tratto iniziale su larga strada forestale fino a raggiungere la statua della Madonna del Pellegrino. Da qui proseguendo verso Nord Est lungo il Sentiero Italia attraverseremo dei bellissimi punti panoramici sulla Valle dell'Esaro, sulla alta Valle del Crati e sul Mar Jonio. Il percorso prosegue attraverso degli ampi pianori di origine carsica finchè non arriveremo in un punto dove la ampia strada forestale finisce e inizia una piccola salita di pochi metri alla cui sommità ci si affaccia sulla Valle dell'Abatemarco e sul Mar Tirreno con i Pini Loricati che fanno da cornice.

CONSIGLI UTILI

Indossare obbligatoriamente delle scarpe da trekking e un abbigliamento adatto alla stagione, comodo che non impedisca i movimenti. E' bene vestirsi a strati, portando con sé giacca o k-way, cappellino e indumenti di ricambio.

Possibilità di rifornimento idrico all'inizio del percorso il località Piano di Lanzo

Regolamento

1) Obblighi dei partecipanti

I partecipanti sono tenuti a:

- ✓ rispettare l'orario di partenza e il programma stabilito, adeguandosi alle eventuali variazioni apportate dalla guida;
- ✓ presentarsi con una condizione psicofisica, un abbigliamento e un'attrezzatura adeguati all'escursione. Indicazioni sono contenute nell'equipaggiamento obbligatorio; in ogni caso sarà utile un consulto con la guida il giorno precedente all'escursione, per adattarsi anche alle condizioni meteorologiche;
- ✓ rispettare il ruolo ed i dettami della guida, che apre la fila e detta tempi, ritmi e percorsi;
- ✓ mantenere un comportamento disciplinato nel corso dell'iniziativa, rispettando le persone e le proprietà private e attenendosi alle disposizioni impartite dalla guida;
- ✓ segnalare alla guida, in fase di iscrizione, eventuali allergie, patologie e problematiche varie che potrebbero essere utili alla guida per condurre al meglio e senza pericoli l'escursione;
- ✓ non raccogliere rocce, fiori, piante, fossili, rispettando comunque volta per volta le indicazioni della guida;
- ✓ in nessun caso il partecipante potrà allontanarsi dal gruppo senza averlo prima comunicato e concordato con la guida.

La guida non risponde di eventuali danni a persone o cose provocati da comportamenti scorretti dei partecipanti che non abbiano seguito le indicazioni della guida e quanto contenuto in questo regolamento.

2) Autodichiarazione di idoneità psicofisica

Iscrivendosi all'escursione il **partecipante** accetta il presente regolamento e dichiara sotto la propria responsabilità di essere in uno stato di salute psicofisica tale da poter sostenere l'attività legata all'escursione per la quale si iscrive. Dichiara inoltre di aver fornito alla guida ogni eventuale informazione utile alla corretta valutazione della propria idoneità.

3) Equipaggiamento obbligatorio

- ✓ Vestiario "a strati", pantaloni lunghi in materiale tecnico impermeabile, scarponi da trekking alti fino alla caviglia (no primo utilizzo), giacca a vento, k-way impermeabile e/o mantellina antipioggia, cappello;
- ✓ copricapo impermeabile, occhiali da sole, crema solare, zaino da escursionismo con spalline larghe, pranzo al sacco, 1,5 litri di acqua. Consigliato l'uso dei bastoncini da trekking.

Sul luogo di ritrovo, verrà effettuata una verifica dell'adeguato equipaggiamento di ogni singolo partecipante. A giudizio insindacabile della guida, coloro che non fossero valutati idonei potrebbero essere esclusi dall'escursione.

4) Animali domestici

Il Partecipante che voglia partecipare accompagnato dal proprio animale domestico ha l'obbligo, in fase di prenotazione, di comunicare alla guida tale intenzione. Sarà discrezione della guida confermarne o meno l'idoneità alla partecipazione.

5) Trattamento dei dati e immagini/video

Nel corso dell'escursione verranno effettuati scatti fotografici e/o riprese video che potranno comparire su siti di pubblico dominio e che saranno utilizzati dall'organizzazione per finalità promozionali riguardanti l'attività stessa. La partecipazione all'escursione sottintende il nullaosta alla pubblicazione del suddetto materiale. Eventuali altre esigenze dovranno essere comunicate alla guida in fase di iscrizione all'escursione.

6) Telefoni cellulari

I partecipanti, durante l'escursione, sono a tenuti a mantenere i propri dispositivi spenti, in modo da non arrecare disturbo agli altri partecipanti e per non ridurre le possibilità di avvistamento di fauna selvatica. Eventuali urgenze dovranno essere comunicate alla guida, che concorderà con il partecipante il corretto comportamento da tenere.

7) Registrazione tracce GPS

Durante le escursioni è consentito l'utilizzo di strumentazione GPS a scopo di orientamento ma partecipando l'accompagnato si impegna a non divulgare le eventuali tracce registrate.

8) Rinvio dell'escursione

Nell'eventualità di condizioni meteorologiche avverse, che non permettano uno svolgimento dell'escursione in piena sicurezza, la guida potrà rimandare la stessa dandone tempestivo avviso ai partecipanti iscritti.

9) Presa visione ed accettazione del regolamento

Con l'iscrizione all'escursione, il partecipante dichiara di aver letto ed accettato integralmente il presente regolamento, obbligandosi a rispettarne tutti i punti.

10) Quota di partecipazione

La quota di partecipazione, da corrispondere alla guida per l'accompagnamento, è stabilita ed indicata chiaramente nel manifesto/post pubblicitario/mail di invito/volantino. Accettando il presente regolamento il partecipante si impegna a corrispondere quanto stabilito alla guida.
La quota di partecipazione comprende esclusivamente il servizio di accompagnamento.