



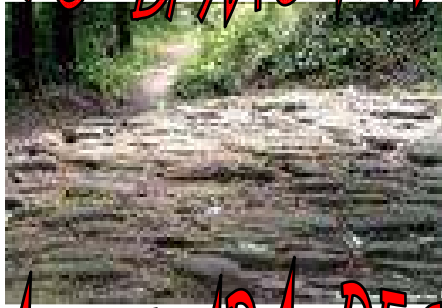
Polisportiva Dilettantistica Energym

Via Scipione.Del Ferro 16- 40138 Bologna

Fax 051.6448256 Cell. - 335-6149506

e-mail: energym@iperbole.bologna.it www.energym.net

UN PO' DI MOVIMENTO.....



SULLA STRADA DEGLI DEI

Domenica 8 novembre 09

RITROVO con i propri automezzi Ore 8.00

Piazzale Circolo tennis Nettuno, in Via Fancelli n° 1
(1°laterale a destra di Via della Barca con comodo parcheggio)

PARTENZA Ore 8.15 Via Casalecchio-(autostrada)

Roncobilaccio-Passo della Futa (parcheggio differenziato)

con alcuni mezzi per il rientro in val Serena)
13 km di sano movimentosulla storica strada degli dei.(Flaminia militare) Qualche pausa in itinere e due opportunita'...

1) o pranzo al sacco

2) o terminato il percorso pranzo convenzionato con il ristorante Val Serena

Sono da considerare 5 ore circa di passeggiata considerando andatura lenta e varie soste.....

RIENTRO Partenza ore 16.30 circa

abbigliamento :

Consigliamo: Pantaloni lunghi, maglie a più strati, scarpe contenitive, cappellino di lana e guanti per i più freddolosi (saremo a 1000 metri)-giacca antivento . eventuali ricambi.

Portate con voi zainetto, una merendina da metà mattina per "non morire di fame"....ed una bottiglietta d'acqua piccola... e se li avete anche i bastoncini da Nordic-Walking.

quota :

€. 25.00 se decidiamo di mangiare al ristorante
...altrimenti concordiamo personalmente i passaggi nelle varie macchine....

Le iscrizioni si raccolgono entro e non oltre mercoledì 28 ottobre - non si accettano prenotazioni senza il pagamento contestuale della gita. - info Edda 335-6149506