

Alice Lombardi TO557
Guida Ambientale Escursionistica
fb Instagram @isentieridialiceintoscana
339/6949847
isentieridialiceintoscana@gmail.com



Mariela Quartararo
Guida Turistica
Fb Instagram @marielaquartararoguida
340/3617981
marielaquartararoguida@gmail.com

TREKKIN URBANO “APPRODARE AL NOTTOLINI”



Escursione accompagnati da Guida Ambientale Escursionistica AIGAE e Guida Turistica.

Escursione storico-naturalistica tra città e paesaggi d’acqua, pietra, mattoni, macchia mediterranea, orti e oliveti sospesi tra le maestose arcate che si ergono verso il cielo sfidando il tempo. Un breve viaggio per fare approdo alle antiche Vie d’Acqua del Comune di Capannori.

Quando: domenica 21/09/25

Percorso: andata e ritorno

Difficoltà: facile - Sentiero Escursionistico E.

Ritrovo: P.zza Anfiteatro Lucca ore 9.45 – partenza ore 10.00

Dislivello: n.n

Distanza: 12,5 Km c.a.

Pranzo: al sacco

Tempo in cammino 3ore

Durata tot. escursione 6 ore c.a. considerando le soste e il pranzo al sacco

Max 25 partecipanti

Cosa portare:

- abbigliamento da trekking traspirante a strati, cappellino, ombrellino pieghevole, occhiali da sole, copri zaino impermeabile, zaino, Kway
- **OBBLIGATORIE scarpe da trekking o da trail running**
- Acqua minimo 1,5 lt, snack o frutta, pranzo al sacco

- **Bambini**

- **Bambini età minima 10 anni, solo se abituati a camminare**
- **Obbligatorie scarpe da trekking, o da trail running, abbigliamento da trekking**

N.B. Minori accompagnati

Con l'iscrizione all'escursione il partecipante dichiara sotto la propria responsabilità di essere in buona salute e in una condizione psico-fisica idonea all'attività: astenersi qualora si accusino sintomi influenzali o febbre. Eventuali patologie o allergie non invalidanti dovranno comunque essere comunicate alla guida al momento dell'escursione.

È obbligatorio portare con sé i propri medicinali e/o rimedi in caso di emergenza, poiché la guida non può somministrare specifici farmaci ai partecipanti, disponendo di un kit di primo soccorso.

N.B.

In caso di previsioni sfavorevoli le visite saranno rimandate.

La guida si avvale del diritto di cambiare itinerario in corso d'opera e apportare modifiche all'esperienza fino all'annullamento, a causa di maltempo o altre cause di forza maggiore che ne possano pregiudicare la godibilità e la sicurezza. Si riserva inoltre di rifiutare la partecipazione a coloro che non abbiano con sé il necessario per svolgere l'escursione in sicurezza.

La GAE è associata ad AIGAE (Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche) ed è regolarmente assicurata per R.C.T.