



A.S. GAIA - Via Str. Vecchia, s.n. - 06030 Scopoli di Foligno (PG)
GSM: 348.735.6565 - 338.767.8308 Fax: 0742 5931197
WebSite: www.asgaia.it E-mail: info@asgaia.it



Il nostro Parco - Sport e natura *nel Parco Nazionale dei Monti Sibillini*

02 MAGGIO 2024

RAFTING INTEGRALE + PARCO AVVENTURA

ore 10.00 Arrivo al Centro Rafting a Serravalle di Norcia (PG) e suddivisione dei ragazzi in due gruppi

Primo gruppo: **discesa in gommone tratto integrale (durata due ore)**,

Secondo gruppo: **parco avventura** (percorso attrezzato sugli alberi con una serie di passaggi sospesi realizzati mediante un ponte tibetano, un ponte tirolese, tronchi disposti in serie e delle emozionanti teleferiche)

ore 12.30 Inversione delle attività dei due gruppi

ore 16.00 Visita guidata della cioccolateria di Norcia e/o visita libera di Norcia

ore 18.00 Partenza

Equipaggiamento: l'attrezzatura necessaria per la discesa in gommone (muta e calzari in neoprene, giacca d'acqua, giubbotto salvagente e casco) è fornita dall'organizzazione;

i ragazzi dovranno portare: tuta e scarpe da ginnastica con fondo resistente (NO TIPO CONVERSE CON FONDO LISCIO), k-way, maglia termica, asciugamano, costume (da indossare sotto alla muta fornita dall'organizzazione), ciabatte, **ricambio** di intimo, pantaloni, maglietta e scarpe (in caso di maltempo i ragazzi potrebbero bagnarsi nello svolgere le altre attività all'aria aperta previste durante la giornata), uno zaino per il cambio e un piccolo zaino dove mettere il pranzo.