

# PROGRAMMA CAMMINATE

## SALUS:

### 25 APRILE 2026: dalle 10.00 alle 12.30

- Orario di ritrovo 9.30
- Partenza camminata ore 10.00
- Lugo di ritrovo: Castello di Cerreto, Saludecio, SP80, 47835 Cerreto Castello RN
- Km tot: 3.6
- Durata camminata: 2.5h

### 26 APRILE 2026: dalle 10.00 alle 12.30

- Orario di ritrovo 9.30
- Partenza camminata ore 10.00
- Lugo di ritrovo: Castello di Cerreto, Saludecio, SP80, 47835 Cerreto Castello RN
- Km tot: 3.6
- Durata camminata: 2.5h

### EQUIPAGGIAMENTO:

- Pantalone lungo
- Scarpe da trekking (no lisce sotto, con carrarmato, no ciabattine, no tacchi) **obbligatorie**
- Maglietta tecnica volendo o cotone + cambio nello zaino
- Giacca o Maglia a maniche lunghe a seconda del meteo
- Bacchette
- Cappellino
- Occhiali da sole
- Crema solare
- Repellente per insetti
- Tanta acqua **obbligatoria**
- Snack
- Sali minerali

### COSTI:

- dai 12 anni in su: 10 euro
- per i bimbi sotto i 12 anni: 5 euro

**IL PAGAMENTO VERRA' ESEGUITO IN LOCO PRIMA DELLA PARTENZA DELLA CAMMINATA, IN CONTANTI, (SI CHIEDE GENTILMENTE DI VENIRE PREPARATI, CON LA QUOTA GIUSTA E NON BANCONOTE DI GROSSA TAGLIA, COSI' DA FACILITARE I RESTI) A SEGUITO DEL PAGAMENTO VERRA' RILASCIATA RICEVUTA.**

SONO AMMESSI CANI PURCHE' SIANO ABITUATI A STARE IN MEZZO ALLE ALTRE PERSONE QUINDI DOCILI E CHE VENGANO TENUTI AL GUINZAGLIO COME DA REGOLAMENTO REGIONALE.

**INFO E PRENOTAZIONI: CHIARA 347 7608638**