



Mte TAMARO - Mte LEMA

viverbene.swiss
nordic sports

"traversata di primavera"

evento aperto ai Soci, loro famigliari e simpatizzanti

Lungo le creste di uno dei percorsi più famosi e suggestivi del Canton Ticino!

Un'intera giornata...per un'escursione principalmente su sentieri di montagna con quote variabili dai 1'530 m. della partenza **Alpe Foppa** ai 1'867 m. della "Capanna Tamaro". Dai 1'766 m. dei "sentieri bassi" fino ai 1'935 m. della vetta del **Mte Gradiccioli**, con un panorama mozzafiato arricchito dai meravigliosi colori primaverili...tutto da godere e fotografare! L'evento è caratterizzato anche dai trasporti con le telecabine e navetta di rientro, dalla visita alla "Cappella Santa Maria Degli Angeli" dell'arch. Mario Botta,

dalla possibilità di **supervisione individuale** della tecnica di Nordic Walking ed il pranzo al sacco sul terreno, che magari a qualcuno ricorderà piacevoli momenti di gioventù. Siccome i posti sono limitati,

non esitare...ISCRIVITI SUBITO!

IL PERCORSO:

- sentieri di montagna - livello difficoltà **medio/intenso (T2-T3)**
- lunghezza **13.2 Km.**
- tempo di percorrenza **ca. 4 h 45 min.**
- salita - discesa **902 m. - 873 m.**
- altitudine min./max **1'482 - 1'935 m. s.l.m.**
- condizione fisica richiesta **buona**

Quando	Sabato 28.05.2022
Ritrovo	ore 09.00 a RIVERA nel posteggio funivia Mte Tamaro (dopo la barriera, diritto in fondo al parcheggio)
Rientro	ca. ore 18.00 a Rivera
Pranzo	Al sacco - sul terreno (ca. ore 13.00) (organizzazione individuale)
Costo	muniti di abbonamento 1/2 prezzo? - se SI: CHF 77.-- a persona - se NO: CHF 97.-- a persona
Inclusi	. impianti di risalita, discesa e navetta . organizzazione e guida . ev. noleggio bastoni da NW
Esclusi	. trasferta alla partenza . posteggio (5.- chf per tutta la giornata) . pranzo al sacco, spuntini, bevande . non citati
Meteo	asciutto

Partecipanti	minimo 5 pers. - max. 12 pers.
Iscrizioni	entro 24 maggio 2022
Iscrizioni e info	info@viverbene.swiss a Sandro +41 078 796 06 17
Pagamento	cash (importo esatto) alla partenza
Assicurazione	privata infortuni obbligatoria
Responsabile	Sandro Taddei - (guida esa)
Da portare:	- bastoni da nordic walking - scarpe ben profilate adatte a sentieri montani - occhiali e crema da sole, cappellino/bandana - zaino con: . borraccia con acqua/bevanda (min. 1.5 litri) (scarsa possibilità di rifornimento lungo il percorso) . indumenti adatti: alla stagione, di ricambio, caldi e in caso di pioggia/vento improvvisi . pranzo al sacco e "spuntini per mattino e pomeriggio" . ev. macchina fotografica - farmacia personale