

RAFTING IN VALSESIA

Ritrovo: ore 6.00 c/o il Comando Vigili Urbani di Voghera, domenica 21 luglio

Partenza: ore 6.15 destinazione Vocca, **arrivo tassativo entro le ore 9.00**

Viaggio: in auto.

Percorso di avvicinamento: A21 dir Torino, A26 dir. Gravellona T. uscita a Romagnano Sesia-Ghemme. Indi SP 299 per Alagna Valsesia fino a Varallo. 7 km. dopo Varallo si arriva a Vocca. Distanza Voghera-Vocca km. 160

Quota x auto: $160 \times 2 \times 0,25 =$ euro 80,00 + pedaggi € 8,10 x 2. **TOTALE COSTO PER VETTURA € 96,20.**

Quota partecipazione: Euro 50 per persona.

Comprensiva di:

- Attività fluviale e tessera associativa;

- Noleggio di tutto il materiale occorrente (muta, casco, ausilio al galleggiamento, pagaie). Il materiale è omologato e conforme alle norme di sicurezze e viene disinfettato ad ogni uso per garantire l'igiene;

- Utilizzo dell'area verde attrezzata per attività varie. La base è situata sulle rive del fiume, dispone di un'area verde di 2 ettari con campo di pallavolo, calcetto, area pic-nic con tavoli e griglie, docce calde e spogliatoi, parcheggio gratuito e una bellissima spiaggia sul fiume.

- Assicurazione con polizza di Responsabilità civile per danni agli allievi e a terzi.



Il rafting, regalati un'emozione!

Escursione proposta da:

Anna Cedrini cell. 335-1425058

Giorgio Gulminelli 328-0282244

CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Voghera

Via Dante 7/9

Tel. 3345986707



*La Sezione C.A.I. di Voghera
Organizza:*

**RAFTING
IN VALSESIA**

21 luglio 2013

**Informazioni in sede
venerdì sera dalle 21.30 alle 23.00**

info@caivoghera.it

Programma di massima della giornata:

Ore 9.00:

Ritrovo alla base, presentazione dello staff e attività.

Ore 9.30 inizio della lezione teorica introduttiva e assegnazione del materiale nautico.

Ore 10.00 Percorso Battesimo: discesa di rafting classic 5 km con rapide facili di II e III grado per prendere confidenza con il fiume e per affiatarsi l'equipaggio. Piccolo trasbordo in pulmino (15 min) e poi altri 5 km leggermente più impegnativi con rapide di III grado e passaggi di IV grado. Niente di pericoloso comunque. Durante la discesa verranno proposti tuffi da piattaforme e giochi nell'acqua.

Ore 12 rientro alla base. Doccia calda. Pranzo al sacco. La base è situata in un'ampia area verde attrezzata per effettuare pic-nic, organizzare una grigliata oppure un simpatico pranzo collettivo autogestito (ognuno porterà qualcosa).

Pomeriggio libero, con possibilità di:

- Attività ludica (campo giochi o sulla spiaggia del Sesia);
- Mini trekking, della durata di 1h e 30 min lungo le gole del Sesia;
- Trasferimento a Varallo e visita al Sacro Monte (possibilità di visita guidata, ad offerta, orari 14.30-17). Raggiungibile a piedi (< di mezz'ora o in funivia, la più ripida d'Europa).

IMPORTANTE

Tutti possono partecipare purché sappiano

nuotare e godano di buone condizioni fisiche (i

partecipanti dovranno autocertificare di saper nuotare e di non

presentare particolari controindicazioni fisiche alle pratiche

sportive). Per i minorenni è necessaria

un'autorizzazione scritta dai genitori.

POSTI LIMITATI 30

TERMINE ISCRIZIONI: al raggiungimento dei posti disponibili, comunque ENTRO venerdì 14 giugno, con versamento della caparra di euro 20.

Note

Abbigliamento consigliato:

Portare scarpe da ginnastica da bagnare, costume, asciugamano e necessario per la doccia, ricambi.

Per il minitrekking scarponcini e bastoncini.

- **Assicurazione obbligatoria x non Soci: Euro 7**

Buone regole di comportamento:

- leggi attentamente il foglio gita e valuta le tue capacità fisiche;
- attieniti alle istruzioni del capogita **ed al regolamento gita della sezione;**
- sii puntuale agli orari;
- non sopravanzare il conduttore di gita;
- non abbandonare il gruppo o il sentiero;
- non ti attardare per futili motivi;
- coopera al mantenimento dello spirito di gruppo ed alla sua compattezza;
- rispetta l'ambiente, non abbandonare rifiuti, non cogliere vegetali, non produrre inutili rumori molesti.
- Grazie per la collaborazione.