



**SABATO 1 MAGGIO 2021**

## **Trekking nei borghi: Narni, Stifone e le Gole del Nera**

Lunghezza percorso: 13km circa  
Dislivello Totale: 300 mt circa  
Appuntamento: Partenza: h 10,00  
Tempo percorso: 4,30 h escluse soste

### **Descrizione del percorso:**

Trekking dei borghi: Tra nobili palazzi, antiche chiese e suggestive rovine:

L'incantevole paese di Narni e il borgo di Stifone

Vi proponiamo un Trekking "particolare" Passeremo per le Gole del Nera, ove la natura, la cultura e la storia si incontrano da lustri e lustri.

Iniziamo il giro dall'estremità settentrionali delle Gole che testimoniano l'antica navigabilità del Nera; Partiamo dalle vicinanze della stazione di Narni Scalo incontrando subito i resti dell'imponente Ponte d'Augusto (27 a.C.).

in alto, invece, sulla montagna si scorge l'abbazia di S. Cassiano. La prima tappa sarà la visita del borgo di Stifone

Sull'altro versante, adagiata su uno sperone del Monte Maggiore, si erge la "Superba Narnia", simbolo dell'atmosfera storico-medievale che pervade la valle.

**Il pranzo è previsto in una tipica locanda dove sarà possibile gustare i piatti della tradizione locale.**

### **Cosa portare nello zaino?**

Acqua almeno 1,5 l

Abbigliamento: giacca antipioggia

### **Equipaggiamento**

Scarpe trekking



**Contributo di partecipazione : 12€**

**Tessera GEA : 6,5 € inclusa nel costo della prima escursione**

**Appuntamento:**

h 10,0 Stazione FS Narni Scalo

**Accompagnatori**

- Fabrizio +39 3316004247

**Prenotazione**

Si prega di contattare sempre la guida per email o telefono per confermare la vostra presenza dando le seguente info: Nome e Cognome e n° di tessera GEA (se già socio)

Nel caso non siate ancora soci questo è il link per scaricare il modulo da compilare e da portare con voi il giorno dell'uscita:

[http://www.geatrek.it/documenti/Modulo\\_Iscrizione\\_Gea\\_Asd\\_2020-21.pdf](http://www.geatrek.it/documenti/Modulo_Iscrizione_Gea_Asd_2020-21.pdf)

**Normativa COVID**

Portare mascherina e gel idroalcolico

**N.B.**

Gli interessati sono pregati di **non partecipare** nel caso abbiano riscontrato:

una temperatura non inferiore a 37,5;

presenza di febbre, tosse/raffreddore, difficoltà respiratorie, sindrome influenzale da 3 giorni;

di aver avuto contatti stretti nelle ultime 2 settimane con soggetti sospetti o alto rischio o risultati positivi al test COVID-19 o sottoposti a quarantena.