

# UNA NOTTE AL RIFUGIO

Minicampo

*Per bambini e ragazzi da 7 a 13 anni  
1-2 Aprile 2023*



*Con Maura Capponi e Letizia Chiti*

*"Anche un viaggio di mille miglia inizia con un primo passo."*

*LAO TZE*

*Come saranno le "nostre" Apuane in primavera? Le conosciamo nel loro vestito estivo... ma ad aprile? ci sarà ancora la neve? farà freddo? Che ne dite di una visita a Stefano e Piero al Rifugio Del Freo?*

*Abbiamo pensato a un minicampo per chi è già stato al rifugio e vuole vederlo nel suo aspetto primaverile... e per chi non c'è mai stato e vuole provare un'esperienza unica e divertente.*

**DOVE:** Il mini-campo si svolgerà presso il Rifugio Del Freo. I partecipanti raggiungeranno il rifugio col sentiero 129 da Passo Croce che richiede un cammino di circa 2 ore con andatura media-tranquilla. Si tratta di un sentiero boscoso con alcuni saliscendi. Dislivello complessivo in salita +250m; in discesa -200m.

**Ritrovo:** ore 10.00 di sabato 1 aprile 2023 a Passo Croce (Stazzema - LU). Vi aspettiamo alla partenza del sentiero 129 che si raggiunge percorrendo la provinciale da Seravezza in direzione di Castelnuovo Garfagnana. Superato il paese di Terrinca prendere la prima strada a destra in salita e percorrerla per circa 6 km fino a Passo Croce. Proseguire in auto sulla sterrata fin dove è possibile. Parcheggiare e seguire a piedi in salita il segnavia CAI 129 in direzione Rifugio Del Freo-Mosceta (in direzione opposta si scende a CampanicePonte Merletti). **Qui ci saluteremo...**

**Rientro:** ore 16.00 di domenica 2 aprile 2023 a Passo Croce (Stazzema - LU).  
Se volete, potete raggiungerci al rifugio Domenica 2 aprile alle ore 12.00 per pranzare al rifugio (in questo caso dobbiamo comunicare i nominativi ed il numero di persone per

# UNA NOTTE AL RIFUGIO

Minicampo

cui Vi chiediamo di farcelo sapere al momento dell'iscrizione per prenotare il pranzo tempestivamente).

## **COSA INDOSSARE**

- ✓ Abbigliamento "a strati"
- ✓ Scarpe adatte alla camminata

## **COSA PORTARE NELLO ZAINO**

- Borraccia e pranzo al sacco per il pranzo di sabato 1 aprile.
- Torcia meglio a ricarica manuale (se no, con pile di ricambio), o frontale.
- Biancheria intima: 2 paia di calzini e 2 mutandine
- Un cambio di maglietta e pantalone
- Maglioncino, cappello, sciarpa e guanti
- K way o mantella o giacca a vento che non sia imbottita per eventuale pioggia
- Sacco a pelo e federa
- Asciugamano piccolo
- Pigiama
- Busta per l'igiene personale (preferibilmente prodotti biologici e biodegradabili)
- Una busta per gli indumenti sporchi
- Ciabatte

**Oggetto in più, significa più peso da portare.**

## **DA SEGNALARE**

Vi chiediamo di comunicarci:

- ✓ esigenze alimentari particolari (allergie, intolleranze, etc.)
- ✓ eventuali farmaci che il bimbo deve assumere
- ✓ difficoltà del sonno
- ✓ altro

## **COSTI**

La quota di partecipazione al campo è di € 90,00 + € 15,00 di tessera associativa annuale comprensiva di assicurazione CAES.

La quota comprende: operatori, attività e pensione completa dalla cena di sabato al pranzo della domenica con pernottamento in rifugio.

La quota NON comprende l'eventuale pasto della domenica dei familiari.

## **COMUNICAZIONI DURANTE IL CAMPO**

Per qualsiasi urgenza, durante il campo, è possibile contattare la segreteria Dèi Camminanti al numero: Maura tel. 347 1493723. Telefono fisso Rifugio Del Freo: 0584 778007.