

Un sabato particolare in Umbria.

# Rafting e Grigliata-Norcia

**Sabato 5 luglio 2025**

DISCESA RAFTING DI 2 ORE + GRIGLIATA DI CARNE- Pomeriggio visita Norcia



Programma:

Partenza da Empoli 5,45, Partenza Firenze Nord 6,15. Inizio viaggio per Serravalle di Norcia. Arrivo e sistemazione per Rafting di 2 / 2,30 Ore. Dopo Rafting Pranzo con Grigliata, ( è possibile richiedere un menù vegetariano). Nel pomeriggio visita di Norcia. Partenza per rientro ore 18.

**Emozioni indimenticabili a contatto con la natura, tra le rapide del Fiume Corno nella bellissima area della Valnerina.**

**La sua natura rigogliosa e incontaminata con le suggestive gole di Biselli e i colori della piana di Castelluccio ti faranno trascorrere una giornata indimenticabile.**

Giunti al centro Rafting Umbria a Serravalle di Norcia, si indossano le mute, i caschetti di protezione, si prende la pagaia e dopo un breve corso su come manovrare il gommone si parte.

L'imbarco per la discesa rafting è adiacente al centro e non sono necessari spostamenti in pulmino a differenza di altri centri della zona.

Prima dell'imbarco sul gommone per la discesa le nostre guide descrivono al gruppo, in una breve lezione di alcuni minuti, tutte le istruzioni e le tecniche principali necessarie per la discesa.

Si sale poi sul gommone e si scende lungo il fiume in rafting. In ogni gommone (7 persone massimo) vi è una guida rafting che impartisce i comandi al gruppo, che tramite le pagaie cercherà di governare l'imbarcazione tra le rapide.

Durante la discesa, dove il fiume lo permette, si possono effettuare dei tuffi.

Infine si ritorna alla base del Centro Rafting.

Durante la discesa le nostre guide possono realizzare foto e video, che verranno memorizzate su un cd o inviate per posta elettronica.

**Tutta l'attrezzatura necessaria alla discesa è fornita dal centro Rafting Umbria: scarpe e muta in neoprene, giacca d'acqua, giubbotto salvagente e casco.**

**Abbigliamento consigliato: costume, ciabatte e asciugamano.**

QUOTA DI PARTECIPAZIONE <u>INDIVIDUALE</u>		SOCI	NON SOCI
PARTECIPANTI		90,00	100,00

**LA QUOTA COMPRENDE:**

- PULLMAN G.T.,
- ASSICURAZIONE RESPONSABILITA' CIVILE
- RAFTING 2 ORE
- PRANZO
- VISITA LIBERA NORCIA

**LA QUOTA NON COMPRENDE:**

INGRESSI NON MENZIONATI, TUTTO CIÒ CHE NON È PRESENTE NELLA QUOTA COMPRENDE.

**L'opzione di prenotazione è aperta fino al 30 marzo 2025**

**PAGAMENTI (in contanti/ bonifico): PAGAMENTO DA EFFETTUARE ALLA PRENOTAZIONE**

Il circolo si riserva la possibilità di annullare il viaggio in caso di mancato raggiungimento del numero minimo di partecipanti

Per Informazioni e iscrizioni:

Claudio Gulli 328.9472233 [presidente@circolosamarcanda.com](mailto:presidente@circolosamarcanda.com)  
 Sandra Niccolini 335.136246 [sandra.niccolini@circolosamarcanda.com](mailto:sandra.niccolini@circolosamarcanda.com)  
 Elisabetta Serafini 339.7601850 [elisabetta.serafini@circolosamarcanda.com](mailto:elisabetta.serafini@circolosamarcanda.com)  
 Gisella Ulivieri 339.2978127 [gisella.ulivieri@circolosamarcanda.com](mailto:gisella.ulivieri@circolosamarcanda.com)

Il presidente