



Parco Nazionale dell'Appennino, Corfino (LU) ve 25 - lu 28 marzo - PASQUA 2016



VITA LEGGERA un viaggio da fare a piedi

di **Riccardo Carnovalini**



Camminare con uno zaino di 6 kg sulle spalle e accorgersi che c'è tutto quello che ti serve per vivere e per vivere felici. Quattro giorni dedicati al camminare leggero e alla fotografia da viaggio con chi ha fatto dell'andare a piedi la ragione di vita. **Parti da qui per il tuo trek da 3 a 30 giorni.**

Venerdì 25



IL GIARDINO BOTANICO

Dal primo pomeriggio arrivo e sistemazione. Breve escursione al Giardino Botanico. Panorama sulla valle del Serchio e Alpi Apuane

UNA VITA IN CAMMINO

Dai primi campeggi in Appennino al CamminAmare, al Sentiero Italia, a PasParTu e AndarTan

Sabato 26



LA PANIA DI CORFINO

Saliamo sulla vetta che domina il Rifugio e scendiamo lungo il sentiero Airone 1
+ Escursione fotografica con la luna piena

LA VIA DELL'ESSENZIALITA'

30 giorni di viaggio in 6 kg di zaino. L'importanza di scarpe, calze e di uno zaino ben fatto. Il segreto dell'essenzialità

Domenica 27



IL MONTE VECCHIO

Saliamo alla Torbiera di Lamarossa, Riserva Naturale Biogenetica con piante carnivore e da qui la cima di Montevecchio lungo Airone 3

FOTOGRAFO, DUNQUE SONO

La fotografia per documentare, denunciare, far riflettere e prendere iniziativa: 300mila paesaggi, come e perché

Lunedì 28



IL MONTE DI RIPA

Facile escursione lungo il sentiero Airone 2 fino al Monte di Ripa che domina la Garfagnana e vista a 360° su Appennino e Alpi Apuane

RIVOLUZIONE A 3 KM ALL'ORA

Il potere politico del camminare. Con la lentezza e la dolcezza possiamo cambiare il mondo attorno a noi



Da 36 anni Riccardo cammina e racconta l'Italia con fotografie e parole



Il suo archivio fotografico ha 300mila immagini



Anna Rastello e Riccardo Carnovalini studiano il prossimo viaggio a piedi

TRENO&TREK

Vieni a piedi con il resto del gruppo dalla stazione FS di San Romano al Rifugio Isera
Ore 12.30-17.30
Con **Manuel Bini**

e poi...

CAMMINARE CON I BAMBINI

VENERDI e **SABATO** un percorso per i più piccoli. Perché le buone abitudini si imparano presto
Con **Anna Rastello**

DOVE

Al Rifugio Isera, a Corfino, in Garfagnana (Lucca), a 1.208 metri di quota, all'interno del Parco Nazionale dell'Appennino. 18 posti in unica camera con letti a castello + 6 in appartamento (a 2 km) in camera doppia. È raggiungibile in auto o con mezzi pubblici.

QUOTA

Dal pomeriggio di ve 25 al pomeriggio di lu 28. 4 giorni, 3 notti € 190 con alloggio in camera comune e letti a castello. Bambini 4-14 anni € 150. Con alloggio in appartamento o albergo a 2-5 km + 60 euro in camera a 2/3 letti, + 90 in camera singola. Singola giornata senza pernottare € 60: 2 pasti, escursione, lezione e dopocena. Associazione annuale Tra Terra e Cielo e assicurazione € 26 (€ 8 i familiari).
La quota comprende notti, pasti, lezioni ed escursioni. Cucina biovegana. **Non comprende** caffetteria, alcolici, lenzuola (possibilità di affitto).

INFO E PRENOTAZIONI: 0583-356182 / 77 segreteria@traterraeciolo.it

www.TraTerraCielo.it www.RifugioIsera.it