



Associazione Culturale
Antichi Cammini
- Esperienze tra Storia e Natura -
Loc. Villaggio Dei Gigli
Maracalagonis
info@anticcammini.it
www.anticcammini.it
C.F. 92164540921

Corso di escursionismo di I° Livello

6^a Uscita – Mt.Arci sulla via dell'ossidiana (Pau-Ales)

La nostra escursione in breve

Punto d'incontro: Parcheggio Mediaworld

Itinerario: Il percorso che faremo parte da uno dei quattro giacimenti di ossidiana presenti su Monte Arci per dirigersi verso la località naturalistica di Acquafriada. Attraverseremo un fitto bosco di lecci “calpestando” l'oro nero neolitico o “Sa Pedra Crobina” come la chiamano i locali.

Sarà un'escursione un po' particolare nelle intenzioni, in stile “interpretativo”. Venite predisposti mentalmente.

Orario: Ore 8.30 al distributore;

Durata: inizio escursione ore 10.00 – fine escursione ore 18.00 (compresa pausa pranzo)

Consigli per abbigliamento ed equipaggiamento

(I consigli si riferiscono ad un partecipante completamente neofita che si presume non abbia un abbigliamento specifico tecnico)

- **scarpe da trekking;** in alternativa scarpe da corsa o scarponcini con suola “carro armato”, niente scarpe con suola liscia!!

- **zainetto personale:** comodo con spallacci ampi, va bene anche il classico zaino scolastico per iniziare;

- **acqua:** quanto basta per le vostre esigenze, indicativamente 1 litro a testa;

- cibo: staremo fuori per il pranzo, ESSENDO L'USCITA FINALE DEL NOSTRO CORSO INTITOLATO “POCHI MA BUONI” CI CONCEDEREMO UN LAUTO PASTO CON UNA PICCOLA ARROSTITA. Portate il necessario per voi stessi e che cuocia abbastanza velocemente (salsiccia o bracioline) noi penseremo al resto.

- **abbigliamento:** in escursione si consiglia un abbigliamento modulabile a strati.

Pantaloni comodi meglio in materiale sintetico (es. tuta da ginnastica) o al massimo in velluto leggero se non si possiedono capi tecnici.

Maglietta intima in materiale sintetico o al massimo in lana, il cotone vi lascia bagnati in caso sudiate.

Felpe leggera in pile o comunque sintetica (es. tuta da ginnastica).

Felpe pesante in pile o comunque sintetica (valutate in base al vostro grado di resistenza al freddo è previsto un tempo da lupi!!)

Giacca

impermeabile /antivento non imbottita

- **lampada frontale:** incontreremo lungo il sentiero alcuni ingressi di grotta dove potreste voler curiosare un po'...

Previsioni meteo

