

# L'APPENNINO CHE RESISTE

**ALLA SCOPERTA DELLA  
BELLEZZA NASCOSTA  
DELL'ITALIA MENO CONOSCIUTA.**

**Tre giorni di cammino lento nelle Terre  
Matildiche dove creatività e resilienza  
animano la spina dorsale appenninica.**



GIORNO 1:

● **da Cerezzola a Rossenella**

Partenza 15,30 da Cerezzola, cena e pernottamento presso B&B.

● GIORNO 2:

**da Rossenella a Sordiglio**

Cena e pernottamento in Agriturismo.

● GIORNO 3:

**da Sordiglio a Sarzano**

A conclusione, proiezione de *L'Appennino che suonava*, alla presenza del regista Alessandro Scillitani, e mostra fotografica di Riccardo Varini.

**Per prenotazioni:**

[trekking@travel-lab.it](mailto:trekking@travel-lab.it)

**Organizzazione tecnica:**

Book Your Italy by Travel-Lab T.O. & D.M.C.  
Località Fornace, 194, 43032 – Bardi (PR)  
P.I. 03181130125 – Iscr. REA PR-272968  
Lic. Prov. VA n. 796 del 07/03/2011



**L'Appennino che Resiste**

**Per Info rivolgersi alle guide:**

**Elisa Viani**

Tessera AIGAE ER666  
[eloise.viani@gmail.com](mailto:eloise.viani@gmail.com)  
339 6534850

**Fernanda Di Mastropaolo**

Tessera AIGAE LA462  
[fernanda.apiedinudisullaterra@gmail.com](mailto:fernanda.apiedinudisullaterra@gmail.com)  
370 1121900



# L'APPENNINO CHE RESISTE \_ 1

## NEL MONDO VIRTUOSO DELLE TERRE REGGIANE

**7 - 9 GIUGNO**  
**2019**

Con la serie di cammini **L'Appennino che Resiste** andremo alla scoperta della bellezza nascosta nell'Italia meno conosciuta. I piccoli borghi, le aree rurali e le iniziative resilienti delle comunità locali. Incontreremo le persone e le associazioni radicate nel territorio che con la loro creatività animano la spina dorsale della penisola.



Inizieremo dalle maestose Terre Matildiche dove, in tre giorni di cammino lento da Cerezzola a Sarzano, attraverseremo gli inconfondibili paesaggi del Parmigiano Reggiano di Montagna e incontreremo aziende agricole ecosostenibili, progetti in permacultura e pro-loco combattive.

A farci compagnia: le bellezze naturali della Rupe di Campotrera, i Castelli che furono feudo di Matilde di Canossa, l'erbazzone, lo gnocco fritto e altre prelibatezze reggiane. Le acque del Tassobbio ci accompagneranno verso la meta finale dove, nella chiesa sconosciuta del Borgo di Sarzano, saremo accolti da **Alessandro Scillitani** e **Riccardo Varini** che ci racconteranno di un Appennino Reggiano dove musica e danze antiche erano il cuore pulsante della vita di comunità.

## PROGRAMMA E NOTE TECNICHE

### ○ VENERDÌ 7 GIUGNO

da Cerezzola a Rossenella.

Partiremo alle 15,30 da Cerezzola per risalire verso il Castello di Rossena. Attraversando la Riserva che tutela l'imponente e selvaggia Rupe di Campotrera, scopriremo rari minerali, piante tipiche e l'interessante avifauna. Ceneremo all'imbrunire, godendo di una vista mozzafiato. Un delizioso B&B ci accoglierà per la notte.

**Distanza:** 5,4 Km circa

**Dislivello:** +360 mt circa

**Durata:** 2,30 ore (soste escluse)

**Difficoltà:** T (Turistica – Facile)

### ○ SABATO 8 GIUGNO

da Rossenella a Sordiglio.

Lasciato alle spalle il Castello di Rossena ci muoveremo alla volta di Canossa. Incontreremo realtà agricole e di permacultura, persone meravigliose che abitano case di paglia per poi visitare borghi gioiello come Bergogno medievale e rinfrescarci ai piedi di una piccola cascata custodita dal bosco. Un ospitale agriturismo ci coccolerà con una cena tipica e un meritato ristoro.

**Distanza:** 17,5 Km circa

**Dislivello:** + 700 mt circa

**Durata:** 8,30 ore (soste escluse)

**Difficoltà:** E (Escursionistica - Medio Facile)

### ○ DOMENICA 9 GIUGNO

da Sordiglio a Sarzano.

Aziende che producono Parmigiano Reggiano, Libere Osterie, antichi Mulini lungo il Tassobbio ci accompagneranno fino al Castello di Sarzano, che guarda dall'alto l'abitato di Casina.

Nell'antica chiesa sconsacrata del borgo assisteremo alla proiezione de **L'Appennino che suonava**, alla presenza del regista Alessandro Scillitani, e ammireremo la mostra fotografica a tema di Riccardo Varini.

Ci saluteremo assaporando un gustoso aperitivo con vista crinale.

**Distanza:** 12,22 Km circa

**Dislivello:** + 516 mt circa

**Durata:** 6 ore (soste escluse)

**Difficoltà:** E (Escursionistica - Medio Facile)



# MODALITA' DI PRENOTAZIONE E PAGAMENTO

## QUOTA DI PARTECIPAZIONE

Quota di partecipazione individuale: € 239.

La quota include:

due Guide Ambientali Escursionistiche e disposizione per l'intera durata del trekking; due pernottamenti in camera condivisa in BB ed Agriturismo con trattamento di pernottamento e prima colazione; due cene servite con bevande; un pranzo al sacco e una prelibata merenda di mezzogiorno.

La quota non include:

assicurazione medica/annullamento (facoltativa); mance; extra di carattere personale; tutto quanto non menzionato alla voce "la quota include".

## TERMINI DI PAGAMENTO e PENALITA' IN CASO DI CANCELLAZIONE

Acconto: 50% del totale pratica al momento della richiesta di iscrizione, da effettuare tramite bonifico bancario intestato a **Travel-Lab S.a.s.**;

Saldo: entro il giorno 31 Maggio 2019, da effettuare tramite bonifico bancario intestato a Travel-Lab S.a.s..

Per cancellazioni dal giorno 8 Maggio al 23 Maggio 2019, verrà trattenuta una penale pari al 50% dell'importo del trekking.

Per cancellazioni dal giorno 24 maggio 2019 al giorno di inizio del trekking verrà trattenuta una penale pari al 100% dell'importo del trekking.

## DATI PER BONIFICO BANCARIO

**Travel-Lab S.a.s. c/o BANCOBPM S.p.A.**

**Cod. IBAN: IT07A0503422801000000002030**

## PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA

**ENTRO VENERDI' 17 MAGGIO 2019 ORE 17.30.**

Data valida per la scadenza delle prenotazioni e per il versamento del saldo.

La richiesta di iscrizione deve essere inviata via e-mail a

**trekking@travel-lab.it**

accompagnata dalle seguenti informazioni relative a ciascun partecipante:

- \_ Nome e Cognome completi (doppi nomi, etc.);
- \_ Codice Fiscale;
- \_ Indirizzo di residenza;
- Numero tel. cellulare;
- Copia dell'avvenuto pagamento a saldo a Travel-Lab S.a.s. c/o BANCOBPM S.p.A. – Cod. IBAN: IT07A0503422801000000002030.

## NOTA BENE

Escursioni adatte a camminatori allenati e a bambini sopra i 6 anni abituati a cammini anche di un'intera giornata.

Cani solo previa consultazione con le guide.

Il trekking verrà annullato, con avviso tempestivo alle persone che avessero prenotato, nel caso non si raggiunga il numero minimo di 16 partecipanti.

L'itinerario potrà variare in relazione alle condizioni meteorologiche e ambientali, oltre che per qualsiasi ragione legata alla sicurezza dei partecipanti. Le guide dovranno essere informate su condizioni di salute e allergie prima dell'inizio del cammino.

La partecipazione all'evento comporta la totale accettazione del regolamento d'escursione riportato alla fine del presente documento.

## CONTATTI

### Per INFORMAZIONI TECNICHE:

#### ELISA VIANI

Tessera **AIGAE ER666**  
eloise.viani@gmail.com  
**3396534850**

#### FERNANDA DI MASTROPAOLO

Tessera **AIGAE LA462**  
fernanda.apiedinudisullaterra@gmail.com  
**3701121900**

Guide Ambientali Escursionistiche Regione Emilia-Romagna. GUIDE ASSICURATE, come disposizioni di Legge Regionale Emilia R.- N.4 del 1/2/2000 e succ. modifiche, associate AIGAE Coordinamento Emilia-Romagna e Lazio. Professione svolta ai sensi della L.4/2013.

### Per PRENOTAZIONI e INFO ORGANIZZATIVE:

[trekking@travel-lab.it](mailto:trekking@travel-lab.it)



Organizzazione Tecnica: Book your Italy DMC by Travel-Lab T.O. & D.M.C.  
Località Fornace, 194  
43032 – Bardi (PR)  
P.I. 03181130125 – Iscr. REA PR-272968  
Lic. Prov. VA n. 796 del 07/03/2011

[www.travel-lab.it/condizioni-general-di-contratto](http://www.travel-lab.it/condizioni-general-di-contratto)  
[www.travel-lab.it/assicurazione-travel-lab](http://www.travel-lab.it/assicurazione-travel-lab)

# REGOLAMENTO D'ESCURSIONE

## OBBLIGHI dei Partecipanti

I partecipanti sono tenuti a:

rispettare l'orario di partenza e il programma stabilito, adeguandosi alle eventuali variazioni apportate dalla guida;

presentarsi con una condizione psicofisica, un abbigliamento e un'attrezzatura adeguati all'escursione. In caso di dubbi, confrontarsi con la guida prima della giornata dell'escursione;

mantenere un comportamento disciplinato nel corso dell'iniziativa, rispettando le persone e le proprietà private e attenendosi alle disposizioni impartite dalla guida;

seguire il percorso stabilito senza allontanarsi o abbandonare il gruppo e senza superare la guida;

collaborare con la guida per la buona riuscita dell'iniziativa, oltre a essere solidali con le sue decisioni, soprattutto nel caso in cui dovessero insorgere delle difficoltà (condizioni ambientali e/o dei partecipanti) e informarla di ogni problematica che dovesse emergere durante lo svolgimento delle attività programmate, in particolare riguardo alle proprie condizioni psicofisiche e dell'attrezzatura;

non raccogliere fiori, piante o erbe protette e comunque rispettare le indicazioni impartite dalla guida;

conservare i propri rifiuti fino agli appositi cassonetti.

Ogni partecipante è personalmente responsabile di eventuali comportamenti rischiosi per sé e per gli altri, in particolare nel caso in cui dovesse prendere iniziative personali nonostante il parere contrario della guida.

## DICHIARAZIONE DI IDONEITA'

Accettando il presente regolamento, il Partecipante dichiara sotto la propria responsabilità di essere in buona salute e in una condizione psico-fisica idonea alla pratica dell'escursione.

Dichiara inoltre di aver fornito alla guida ogni eventuale informazione utile alla corretta valutazione della propria idoneità.

## **EQUIPAGGIAMENTO OBBLIGATORIO**

Abbigliamento “a strati”, pantaloni lunghi da escursione, scarponi da trekking in buone condizioni alti fino alla caviglia con suola scolpita, giacca impermeabile e/o mantellina antipioggia, copricapo, occhiali da sole, crema solare, zaino comodo e in buone condizioni, scorta personale di acqua di almeno 1,5 litri.

Consigliato l'uso dei bastoncini da trekking.

Sconsigliato l'uso di indumenti di cotone a contatto con il corpo: se possibile indossare capi di lana o capi tecnici da escursionismo.

Gli escursionisti non adeguatamente equipaggiati potrebbero, a giudizio insindacabile della guida, essere esclusi dall'escursione direttamente sul luogo della partenza.

## **CANI**

Il Partecipante che voglia partecipare accompagnato dal proprio cane ha l'OBBLIGO, in fase di prenotazione, di comunicare alla guida la presenza dell'animale al seguito, per valutare l'idoneità e le modalità di partecipazione. Sarà a discrezione della guida confermare o meno l'idoneità alla partecipazione del singolo cane o di più cani contemporaneamente, anche in base a taglia, sesso, carattere, e tipologia dell'escursione.

NON saranno ammessi animali in calore o che abbiano terminato tale periodo nelle due settimane precedenti all'escursione.

Il cane al seguito deve essere docile e facilmente controllabile; il Partecipante dovrà disporre dei mezzi di conduzione e controllo dell'animale necessari a garantirne la corretta partecipazione (guinzaglio, imbrago e affini).

Sarà compito del Partecipante assicurarsi che il proprio cane non arrechi danno o disturbo a cose, persone o animali, che non danneggi la flora, le proprietà private, né gli altri escursionisti.

La responsabilità relativa alla conduzione del cane ed eventuali problematiche ad essa connesse, è esclusiva del Partecipante.

La mancata comunicazione della partecipazione del cane o la mancata ottemperanza alle disposizioni atte a controllarlo, possono prevedere l'esclusione del Partecipante dall'escursione, anche al momento della partenza.

## **FOTOGRAFIE E RIPRESE VIDEO**

Nel corso dell'escursione verranno effettuati scatti fotografici e/o riprese video che possono comparire su siti di pubblico dominio e che saranno utilizzati dall'organizzazione per finalità promozionali riguardanti l'attività stessa.

Il partecipante che non volesse essere ripreso dovrà comunicarlo espressamente; in caso contrario, si sottintende il nullaosta alla pubblicazione del suddetto materiale.

## **TELEFONI CELLULARI**

I partecipanti sono invitati a mantenere spenti i propri telefoni cellulari. Se questo non fosse possibile, occorre comunque che le suonerie vengano disattivate. In caso di necessità, l'interessato è pregato di allontanarsi dal gruppo previa comunicazione ed autorizzazione della guida, rimanendo comunque in vista alla stessa.

## **REGISTRAZIONE TRACCE GPS**

Durante le escursioni è consentito l'utilizzo di strumentazione GPS.

## **ACCETTAZIONE DEL REGOLAMENTO**

La partecipazione all'escursione comporta l'accettazione incondizionata del presente regolamento.



Organizzazione Tecnica: Book your Italy DMC by Travel-Lab T.O. & D.M.C.  
Località Fornace, 194  
43032 – Bardi (PR)  
P.I. 03181130125 – Iscr. REA PR-272968  
Lic. Prov. VA n. 796 del 07/03/2011

[www.travel-lab.it/condizioni-general-di-contratto](http://www.travel-lab.it/condizioni-general-di-contratto)  
[www.travel-lab.it/assicurazione-travel-lab](http://www.travel-lab.it/assicurazione-travel-lab)