



Magie d'autunno

In collaborazione con Silvermountain – montagna, avventura e sicurezza

In genere si pensa che l'autunno sia freddo, grigio, spoglio, insomma nient'altro che la morte dell'estate. Invece questa stagione può regalare le sorprese più grandi agli amanti e del trekking in montagna.

Andare a camminare in ottobre o novembre risulta spesso un'esperienza molto particolare e affascinante. L'aria tersa delle giornate fresche e soleggiate, i colori intensi della vegetazione che si prepara all'inverno e la tranquillità della natura che si libera delle masse di vacanzieri sono caratteristiche di questo periodo ideale per **rilassarsi all'aria aperta**.

Le gambe allenate dalle passeggiate estive e le temperature meno afose permettono di compiere gite più lunghe e quindi scoprire valloni solitari, splendide balconate panoramiche e magari anche cime che sembrano difficili e lontane. Il tutto in un ambiente incredibilmente tranquillo, perfetto per **rigenerarsi** nel fisico e nello spirito.

L'accompagnamento di una guida alpina garantisce una assistenza professionale durante le escursioni, permettendo di fare **gite in sicurezza** anche a famiglie con bambini e dando l'occasione di imparare le regole più importanti per godere al meglio e senza rischi le uscite in montagna.

La guida

Alberto Silvestri, a. guida alpina dal 2007, camminatore e alpinista da più di vent'anni, si dedica a tempo pieno all'accompagnamento sulle montagne del Monte Rosa e della Valle d'Aosta. È socio della storica società delle guide alpine di Gressoney e collabora al progetto Vivi Fridau per lo sviluppo del turismo del benessere in montagna.

Le proposte

sabato 26 settembre - **Cima dell'Alta Luce**. Partenza ore 7.30 rientro ore 17.30.

domenica 27 settembre - **Belvedere di Weissmatten e Punta Regina**. Partenza ore 8.30 rientro ore 16.00.

sabato 3 ottobre - **Rifugio Coda e Mont Mars**. Partenza ore 7.30 rientro ore 17.30.

domenica 4 ottobre – **Sorgenti del Lys**. Partenza ore 8.30 rientro ore 16.00.

sabato 10 ottobre – **Tour dei laghi del Mont Avic**, nella valle di Champorcher. Partenza ore 7.00 rientro ore 18.00.

domenica 11 ottobre – **Colle della Mologna Grande e Punta dei Tre Vescovi**. Partenza ore 8.00 rientro ore 16.30.

sabato 17 ottobre – **Sentiero Walser** dal Weissmatten a Gressoney la Trinité. Partenza ore 7.30 rientro ore 17.30.

domenica 18 ottobre – **Lago Gabiet dal vallone di Netscho**. Partenza ore 8.30 rientro ore 16.00.

Inoltre:

è possibile fruire dei servizi di accompagnamento di una **guida naturalistica** per scoprire tutti i segreti della natura e della vita degli animali selvatici delle montagne oppure di un **insegnante di yoga** per unire alle escursioni delle sedute di yoga immersi nell'energia spirituale della montagna.



L'offerta

L'iscrizione richiesta per ciascuna escursione è di € 200,00 (i.v.a. esclusa), da suddividere fra tutti i partecipanti. Si possono formare gruppi fino a 12 persone. Sono esclusi i costi di eventuali trasporti con mezzi fuoristrada e dei transfer, dei pranzi al sacco, e di altre spese impreviste. L'accompagnamento dell'insegnante di yoga è a parte, così come quello della guida naturalistica. Il pagamento si effettua al termine della gita.

E' gradita una conferma di partecipazione il giovedì precedente alla gita, anche per essere sicuri delle condizioni meteo del weekend.

Cena tipica con degustazione vini: costo a cena, per persona € 35,00

Pernottamento, cena e prima colazione: costo a notte, per persona € 65,00

Informazioni

Per ogni gita è necessario una discreta preparazione fisica e un buon equipaggiamento da trekking. Il ritmo di camminata è tranquillo e si calcola una velocità di salita di 300m all'ora. Ogni gita può subire variazioni durante il percorso in base alle condizioni dei partecipanti o a fronte di imprevisti. Il materiale richiesto per le gite è: scarpe da trekking con suola in gomma Vibram, pantaloni lunghi, maglietta, maglione caldo, giacca a vento, guanti e cappello, borraccia da un litro, pranzo al sacco, macchina fotografica.

In caso di maltempo è possibile organizzare una visita lo splendido museo delle Alpi presso il forte di Bard, dove si possono ammirare curatissime mostre ed effettuare una salita virtuale alla cima del Monte Bianco.

Contatti

a.guida alpina Alberto Silvestri
tel: +39 348.92.87,506
e-mail: info@silvermountain.it
 www.silvermountain.it