



Un'iniziativa pensata per scoprire, attraverso il Kayak da mare, le bellezze Culturali e Culinarie dell'estremo ponente ligure

PROGRAMMA

Venerdì 18/9

Arrivo dei partecipanti e sistemazione in campeggio a Camporosso al mare
Pomeriggio in kayak a Bordighera - escursione a piedi lungo i sentieri dipinti da Monet
Al rientro esercizi in acqua
Percorso A/R di circa 5 NM
Alla sera visita al centro storico di Ventimiglia e cena

Sabato 19/9

Iles de Lerins: con l'auto raggiungeremo Cannes e da qui ci imbarchiamo per il giro in kayak delle due bellissime isole
Percorso A/R di circa 9 NM
Cena

Domenica 20/9

Escursione in kayak a Capo Mortola e Mentone
Visita agli splendidi Giardini Botanici Hanbury, sito archeologico dei Balzi Rossi e Menton
Percorso A/R di circa 8 NM (Capo Mortola) o 12 NM (Menton)
Alla sera visita centro storico di Dolceacqua, proiezione presso il "Visionarium" e cena

Lunedì 21/9

Escursione in kayak a Ospedaletti ed escursione in bici o a piedi lungo la ciclabile più bella d'Europa
Aperitivo lungo la ciclabile
Rientro nel primo pomeriggio
Percorso kayak A/R di circa 9 NM, percorso in bici/piedi 4 km
Saluti e partenza

In caso di condizioni meteomarine sfavorevoli verranno organizzate escursioni a piedi che consentiranno di visitare gli stessi luoghi.

ATTREZZATURA E COMPORTAMENTO NECESSARI

Ciascun kayaker dovrà indossare il giubbotto di aiuto al galleggiamento, il paraspruzzi ed abbigliamento consono alla stagione.

I kayak devono essere da mare, di lunghezza superiore ai m. 4,50 inaffondabili, dotati di gavoni stagni, sistema di svuotamento e cime di sicurezza.

Tutte le escursioni in kayak saranno accompagnate da istruttori e guide marine Sottocosta.

Prima di ciascuna escursione verrà fatto un briefing e ciascun partecipante si dovrà attenere alle regole di navigazione illustrate.

In caso di condizioni meteomarine avverse verranno organizzate escursioni a piedi e attività alternative.

COSTI

Da 148 a 260 € in relazione al n. di giorni e alla sistemazione bungalow scelta. Per i dettagli vedere la scheda di iscrizione.

Il costo comprende:

- iscrizione e gadget;
- accompagnamento durante le escursioni;
- tutti i pasti, dalla colazione alla cena, bevande incluse (i pranzi saranno al sacco)
- gli ingressi e le visite guidate come da programma
- tutti i pernottamenti in campeggio in bungalow da 2 o 4 posti, con o senza servizi interni – necessario portarsi il sacco a pelo.

I kayak durante la notte staranno nel campeggio situato a 100 metri dalla spiaggia.

Il costo NON comprende: i trasferimenti dalla propria abitazione ai luoghi del raduno e vice versa, il trasferimento in auto per l'escursione alle Iles de Lerins, spese per eventuali varianti richieste dai partecipanti, tutto quanto non indicato alla voce precedente.

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Le iscrizioni si accettano a seguito della compilazione della [scheda iscrizione](#) e il versamento di **un acconto di 50 euro** sul conto corrente bancario IBAN **IT 39 Z 03599 01899 050188527494** – BIC **CCRTIT2TXXX** intestato a Circolo Canoaverde, Via Sarfatti 36r, 16167 Genova, e l'invio di scheda e ricevuta del versamento alla seguente email raduno@canoaverde.org

Termine per l'iscrizione **30 agosto 2015**.

Annullamenti (che devono avvenire via mail ai seguenti indirizzi: raduno@canoaverde.org e luisaca@yahoo.com) e rimborsi:

per annullamenti comunicati entro il 30 luglio rimborso del 100% della caparra. Dal 1 al 30 agosto compreso rimborso del 50% della caparra.

Dopo il 30 agosto nessun rimborso.

Per le iscrizioni dopo il 30 agosto il costo verrà maggiorato del 30%

CANOAVERDE



LEGAMBIENTE