

COOPERATIVA  
**MONTALBO ESCURSIONI**  
*Locanda Ammentos*



**6 gennaio 2012**

# Trekking dell'Epifania

Escursione Trekking sul Montalbo

Arrampicata su parete artificiale

Cucina tipica di montagna nella Locanda Ammentos

**Le attività con Guida + Pranzo € 45**

## **ESCURSIONE TREKKING – DATI TECNICI**

Ore 08,30 - Incontro con la guida in località Guzzurra (Guida GAE)

Ore 9,00 - Inizio percorso guidato sul Montalbo

Lunghezza percorso: 6 chilometri

Dislivello in salita: circa 200 metri

Caratteristiche sentiero: misto su mulattiere a tratti boscosi e su calcare

Tempo di percorrenza: 3 ore circa (soste incluse)

Sorgenti: presenti nel punto di partenza e nel punto di arrivo

Difficoltà: mediamente impegnativo

Dopo il pranzo prova tecnica di arrampicata su parete artificiale

## **Ore 13 - PRANZO TIPICO PRESSO LA "LOCANDA AMMENTOS"**

Composto da vari antipasti caldi e freddi, primi piatti di pasta fresca fatta in casa,  
secondi carne, dolce, digestivo, acqua e vino

Il menu è basato sui prodotti della terra, della pastorizia ed ingredienti locali preparato  
secondo metodi tradizionali

**POSSIBILITA' DI PERNOTTAMENTO CON SISTEMAZIONE IN BED AND BREAKFAST**

**Lodè - Località Guzzurra al chilometro 8,300 S.P. 3 Sant'Anna (Lodè) - Lula**  
**Info e prenotazioni: 349 6723863 - e-mail: [info@montalboescursioni.it](mailto:info@montalboescursioni.it)**  
**[www.montalboescursioni.it](http://www.montalboescursioni.it)**