



Vacanza Attiva

Informazioni generali e norme di partecipazione

TOUR A PIEDI

Informazioni generali per i partecipanti

I programmi, di norma, non richiedono una preparazione fisica elevata o un particolare allenamento. È comunque necessario essere in buona salute.

Ogni partecipante al viaggio si assume la responsabilità individuale di essere in condizioni idonee alla partecipazione alle escursioni ed attività previste dal programma.

Gli itinerari non sono adatti alle persone con mobilità motoria ridotta e a ragazzi di età inferiore ai 16 anni.

I minori fino a 18 anni compiuti devono essere accompagnati da almeno un adulto.

Al mattino è consigliabile fare una colazione ricca e abbondante.

Attrezzatura consigliata

- zaino
- scarpe da trekking con suola antiscivolo e sostegno alla caviglia
- giacca antivento impermeabile o, nei periodi più freddi, piumino leggero e berretto di lana
- pile / felpa e maglia di ricambio
- pantaloni lunghi o corti adatti alle camminate
- contenitore per l'acqua con capienza di almeno 1 litro
- cappello e crema solare
- occhiali da sole
- piccola scorta di barrette energetiche o frutta secca

Informazioni generali per i partecipanti

I programmi, di norma, non richiedono una preparazione fisica elevata o un particolare allenamento. È comunque necessario essere in buona salute.

Ogni partecipante al viaggio si assume la responsabilità individuale di essere in condizioni idonee alla partecipazione alle escursioni ed attività previste dal programma.

Gli itinerari non sono adatti alle persone con mobilità motoria ridotta e a ragazzi di età inferiore ai 16 anni.

I minori fino a 18 anni compiuti devono essere accompagnati da almeno un adulto.

Al mattino è consigliabile fare una colazione ricca e abbondante.

I partecipanti hanno il dovere e la responsabilità di attenersi alle normative previste dal codice della strada.

Il noleggio delle biciclette prevede che ogni partecipante sottoscriva in loco un regolare contratto con il noleggiatore. Ogni partecipante sarà responsabile di eventuali furti o danni alla bicicletta assegnata. Attrezzature quali casco (obbligatorio), borse laterali o altro non sono incluse nel prezzo del noleggio (possibilità di prenotarle con almeno 15 giorni di anticipo, con supplemento e con disponibilità soggetta a conferma).

In caso di utilizzo di una bicicletta di proprietà, è dovere del partecipante assicurarsi che il mezzo sia in ottime condizioni e con le caratteristiche adatte ad affrontare i percorsi previsti. In caso di ebike, il partecipante dovrà assicurarsi che la propria batteria abbia una durata di ca. 80 km - 100 km;

È consigliata la sottoscrizione di un'assicurazione che copra eventuali danni verso sé stessi o verso terzi.

Attrezzatura consigliata

- **casco (obbligatorio)**
- zaino
- scarpe sportive, da ginnastica o sneakers
- giacca antivento impermeabile o, nei periodi più freddi, piumino leggero
- guanti da bici
- pile / felpa e maglia di ricambio
- pantaloni lunghi o corti adatti alla pedalata, preferibilmente con tassello imbottito
- contenitore per l'acqua con capienza di almeno 1 litro
- cappello e crema solare
- occhiali da sole
- piccola scorta di barrette energetiche o frutta secca