

Da Venerdì 5 a Lunedì 8 Ottobre 2018

MARSIGLIA

URBAN TREK CON ESCURSIONE AL PARCO NAZIONALE LES CALANQUES



Capoluogo della regione Provenza-Alpi-Costa Azzurra è soprannominata "la città focese", perché fu fondata nel 600 a.C. da marinai greci originari di Focea, e "focesi" vengono ancora detti i suoi abitanti. Per la sua posizione, Marsiglia è sempre stata una delle principali porte di ingresso per la Francia ed ha attratto molto immigrati facendone un cosmopolitano melting pot. Da non perdere il vecchio porto, attorno al quale si sviluppò la città, Notre Dame de la Garde, basilica situata sul colle più alto della città, il Jardin des Vestiges con i resti dell'antico porto, il castello di If situato su un'isola di fronte alla città, citato né "Il Conte di Montecristo". Degna di nota "La Cité Radieuse", meglio nota come l'unità di abitazione di Marsiglia progettata dal celebre architetto Le Corbusier. Il Parco Nazionale delle Calanques istituito nel 2012 comprende 31 ecosistemi terrestri e 14 ecosistemi marini; L'area comprende numerose calanques, falesie di roccia bianca a strapiombo sul mare. Le loro forme bizzarre e frastagliate si protendono su calette dall'acqua limpida, mentre il candore delle rocce crea un gioco di piacevoli contrasti con il blu intenso del mare, che avremo modo di ammirare con una piacevole escursione.

Voli consigliati

Andata 5 ottobre 2018: RYANAIR: Roma Fiumicino-Marsiglia - p. 16:25 - a 18:00

Ritorno 8 ottobre 2018: VUELING: Marsiglia -Roma Fiumicino - p. 16:45 - a 18:10

Hotel consigliato:

"Ibis Marseille centre Euromed" - 25 Boulevard de Dunkerque, 13002 Marsiglia,
<https://www.accorhotels.com/it/hotel-6190-ibis-marseille-centre-euromed/index.shtml>

N.B. L'acquisto del volo e dei pernottamenti è a cura dei partecipanti. Per chi scegliesse un volo o un alloggio diverso l'appuntamento è a Marsiglia il 5 ottobre 2018 alle ore 19.30 nella hall dell'hotel "Ibis Marseille centre Euromed"

Costi attuali:

volo indicato circa **euro 75 a/r**

hotel indicato **euro 105 a persona** in doppia per 3 notti, inclusa prima colazione

Quota gita **euro 50** (n. 2 accompagnatori FEDERTREK da Roma per 4 giorni)

I pasti principali sono esclusi; previsti pranzi al sacco o panetterie/mercati e cene da decidere in seguito.

Ulteriori costi in loco a persona previsti per pasti, trasporti, biglietti musei, escursioni - complessivamente **circa euro 130**;

Costo totale previsto per l'intero week end circa euro 360 a persona in doppia.

N.B. Il costo del volo generalmente aumenta con l'avvicinarsi della data di partenza; si consiglia vivamente di prenotarsi con largo anticipo e di stipulare una assicurazione di viaggio per le garanzie di annullamento/medico/bagaglio

Siti di riferimento:

<https://www.provenzafrancia.it/marsiglia/marsiglia>

<http://www.marseille-tourisme.com/it/scoprire-marsiglia>

<https://www.france-voyage.com/francia-guida-turismo/parco-nazionale-calanchi-117.htm>

DIFFICOLTA': T/E

DISLIVELLO: max 250 mt.

FONDO: sterrato, pavimentazione e strade urbane

LUNGHEZZA PERCORSO: 12,00 km ca. al giorno

La gita è riservata ai soci in regola con il tesseramento

TESSERA FEDERTREK: obbligatoria: € 15 adulti, **€ 5** minori di anni 18 - **N.B.** si ricorda ai partecipanti che è obbligatoria l'esibizione della tessera e la trascrizione del numero.

COSA PORTARE: Scarpe e vestiario da trek leggero, abbigliamento a strati comodo, zainetto piccolo, crema solare, cappellino, costume

n.b. la compagnia aerea consente un solo bagaglio a mano in cabina oltre a una piccola borsa, leggere attentamente per evitare spiacevoli supplementi:

<https://www.ryanair.com/it/it/info-utili/Centro-assistenza/Domande-frequenti/bagagli>

<https://www.vologratis.org/bagaglio-mano-vueling-peso-dimensioni/>

PER INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI:

AEV Piera Volpati 342 8576000

AV Salvatore Iovine 333 4626252

