

intrekking.it

escursionismo & cicloturismo



Lorenzo Perotti

Guid Escursionista Ambientale
Accompagnatore Cicloturistico
Fotografo

in collaborazione con



Helena Barberi

Biologa Nutrizionista
Dott.ssa in Scienze dell'Alimentazione
e Nutrizione Umana

possibilità di aperitivo finale presso:

Pasticceria artigianale Pitti

Via Ivrea, 23 - Montalto Dora (TO)
www.pasticceriapitti.it

costi:
euro 25 a persona

per info e prenotazioni

Lorenzo 348.1376422

info@intrekking.it

Helena 379.2176880

helenabarberi.nutrizione@gmail.com

proposta

Escursione Nutrizionale: alla scoperta della natura e del benessere

tempo necessario: mezza giornata

Una semplice passeggiata alla scoperta di un angolo dell'Eporediese che non smette mai di sorprendere gli escursionisti e gli appassionati di natura.

Il percorso in questione ha un dislivello molto basso, quindi è adatto ad un ampio pubblico che abbia abitudine a passeggiate. Durante l'escursione sono presenti diversi punti con scorci panoramici di notevole pregio sul **Castello di Montalto Dora**, il **Lago Pistono** e il **Lago Nero**, l'**Anfiteatro Morenico d'Ivrea** e verso la **Valle d'Aosta**.

La zona dell'itinerario

Il Comune di **Montalto Dora**, è inserito in un contesto naturale di notevole pregio, l'area conosciuta con il nome di **Anfiteatro Morenico d'Ivrea**, un anfiteatro naturale, creato e modellato dal ghiacciaio balteo milioni di anni fa. Il lavoro del ghiaccio ha trasformato tutta la zona come la vediamo oggi, ricca di colline e avvallamenti percorribili tutto l'anno e con peculiarità storiche, naturalistiche e geologiche di altissimo livello.

In questo contesto si inserisce quell'area conosciuta con il nome di "Area dei 5 laghi", di cui due, il **Lago Pistono** e il **Lago Nero**, presenti sul territorio montaltese.

L'itinerario qui proposto non è provvisto di una "tracciatura" propria ma si trova al centro di diversi sentieri escursionistici che si intrecciano tra loro in diversi punti, dando così la possibilità di allungare o abbreviare il percorso in base al desiderio dei camminatori, alle condizioni meteo, al livello di stanchezza, ecc...

Informazioni percorso

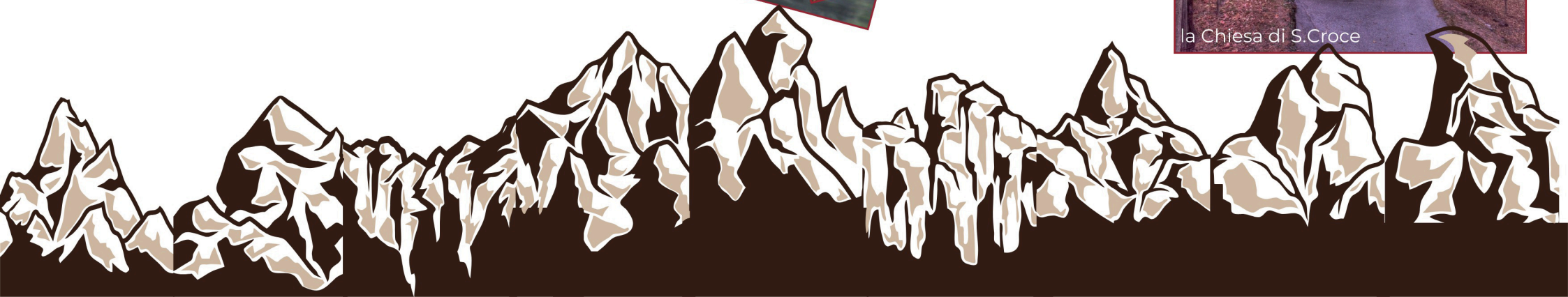
Ritrovo: Montalto Dora, Parcheggio c/o Chiesa parrocchiale., ore 14.00

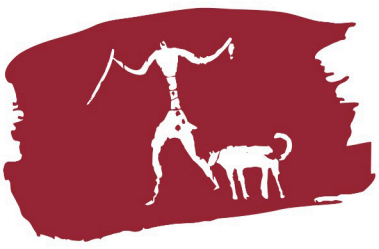
Circolare: si

Tempo: 3 ore (soste escluse)

Lunghezza: 6,5 km

D +: 170 m. D -: 169 m.





intrekking.it

escursionismo & cicloturismo



Lorenzo Perotti

Guid Escursionista Ambientale
Accompagatore Cicloturistico
Fotografo

in collaborazione con



Helena Barberi

Biologa Nutrizionista
Dott.ssa in Scienze dell'Alimentazione
e Nutrizione Umana

possibilità di aperitivo finale presso:

Pasticceria artigianale Pitti

Via Ivrea, 23 - Montalto Dora (TO)
www.pasticceriapitti.it

costi:

euro 25 a persona

per info e prenotazioni

Lorenzo 348.1376422

info@intrekking.it

Helena 379.2176880

helenabarberi.nutrizione@gmail.com

proposta

Escursione Nutrizionale: alla scoperta della natura e del benessere

la quota comprende:

- accompagnamento per tutto il tempo richiesto dall'escursione
- vari momenti di confronto con Helena, Biologa Nutrizionista
- bacchette da trekking per i clienti
- assicurazione

la quota non comprende:

- tutto ciò che non è elencato in "la quota comprende"

attrezzatura necessaria:

- zaino da escursione
- scarpe comode e adatte ai trekking in collina (con vibram o similari, con buono stato della suola)
- occhiali da sole
- pile / giacca antivento / gilet
- le proprie bacchette da trekking (per coloro che fossero abituati a utilizzarle)
- una adeguata scorta di acqua (in base alla propria abitudine a bere)
- snack per l'attività

i consigli della Guida:

Per chi non fosse mai stato in questa zona consiglio vivamente di portare con se:

- binocolo
- macchina fotografica

adatto ai bambini: si

I bambini potranno partecipare con l'accompagnamento di almeno un genitore o di chi ne fa le veci.

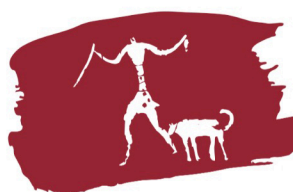
adatto ai cani: si

Questo itinerario è adatto ai nostri amici a 4 zampe. Il cane dovrà essere tenuto vicino al proprio padrone e con guinzaglio o lunghina.





**Borgofranco
d'Ivrea**

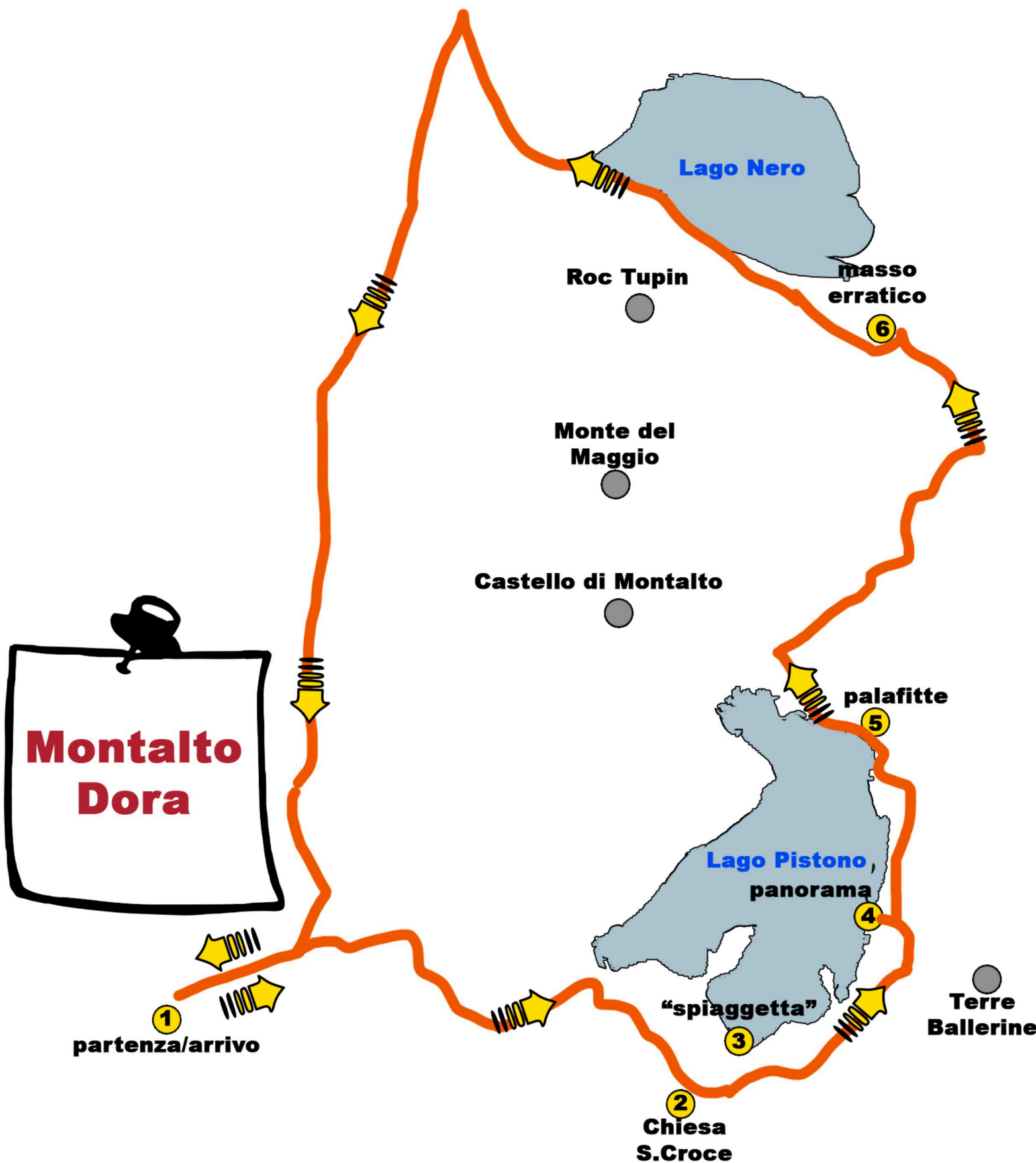


intrekking.it

escursionismo & cicloturismo



**Tre
Bui**



**Montalto
Dora**

1	partenza / arrivo
2	Chiesa di S.Croce
3	Spiaggetta
4	punto panoramico
5	palafitte
6	masso erratico

Hai dubbi o domande?

Chiamaci!

348.1376422 - Lorenzo
379.2176880 - Helena

