



Carmelo Vanadia  
Interprete Ambientale  
Guida Escursionistica  
Professione esercitata ai sensi della legge 14 gennaio  
2013, n. 4 (G.U. n.22 del 26-1-2013). Socio Effettivo  
LAGAP (Libera Associazione Guide Ambientali-  
escursionistiche Professionisti) n. tessera 264

## 7 Luglio 2021 ALLE SORGENTI DEL LAMBRO

### Informazioni di viaggio

**Andata:** Ore 8,45 ritrovo partecipanti alla fermata MM2 Cascina Gobba.

Ore 9,00 Partenza pullman privato per località Magreglio

**Ritorno:** Ore 17,30 partenza pullman privato da Civenna e rientro presso MM2 di Cascina Gobba

### Informazioni sul trek

**Itinerario:** Magreglio-Sorgente del Lambro-Piano Rancio-Croce di Civenna-Civenna

**Dati tecnici:** Lunghezza 5 Km - Dislivello in salita 300 - Dislivello in discesa 331

### Equipaggiamento

Riporre nello zaino indumenti, oggetti e cibo in sacchetti di plastica aiuta conservare meglio in caso di pioggia!

- ◇ Zaino scolastico (no borse a tracolla!)
- ◇ 2 Litri d'acqua (boraccia o bottiglie)
- ◇ Scarpe da trekking
- ◇ Calze adatte all'attività sportiva
- ◇ Tuta da ginnastica o pantaloni da trekking
- ◇ Abbigliamento a strati (maglietta mezze maniche, maglia maniche lunghe, giubbotto)
- ◇ K-way (o mantella per pioggia)
- ◇ Crema solare
- ◇ Occhiali da sole

### Pranzo

al sacco con propri viveri

