

PARCO DI GIANOLA E MONTE DI SCAURI

Eventi estivi

PARCO SOSPESO

a cura del CAI Sezione Esperia

Avventure ed emozioni su cinque percorsi diversi sospesi tra alberi monumentali nel bosco di Gianola

dal 1 luglio al 31 agosto tutti i giorni dalle 17 alle 20

Info e prenotazioni: Claudia 339 3300377

UNA SETTIMANA NEL PARCO

a cura dell'Associazione Ambiente & Natura è Vita

Dedicato ai bambini dai 6 ai 13 anni queste giornate avventurose, all'insegna della conoscenza di nuove realtà e di nuovi coetanei, offrono un'esperienza unica ed emozionante rafforzando il legame con la natura ed il proprio territorio.

Dal 15 giugno al 30 luglio

Info e prenotazioni: Marco 3334749032

SNORKEL & TREK (TREKKING & SNORKELING NEL PARCO)

a cura dell'Associazione Nature Trend

Light Trek mattutino all'ombra delle sughere e nella macchia mediterranea del Promontorio di Gianola e Monte di Scauri per risvegliare i sensi e lo spirito. Alla piccola insenatura di Porto Cofaniello faremo snorkeling rilassandoci in acqua e sbirciando la quotidianità di straordinari organismi marini.

24 Luglio; 2-9-21-30 Agosto

Info e prenotazioni: www.nature-trend.org, nature-trend@nature-trend.org, umberto 393-9245839

Corso di Snorkeling e Riconoscimento degli Organismi Marini Costieri

a cura dell'Associazione Nature Trend

Imparare ad andare in sicurezza con maschera e pinne e osservare dalla superficie la vita marina. Riconoscere gli straordinari organismi che incontriamo, come si chiamano, le loro caratteristiche principali, a che gruppo appartengono....ma soprattutto l'emozione del mondo sottomarino rimanendo a pelo d'acqua.

13-14-15 Luglio + 2 giornate di Snorkeling

Info e prenotazioni: www.nature-trend.org, nature-trend@nature-trend.org, umberto 393-9245839

SNORKELING NEL PARCO

a cura dell'Associazione Nature Trend

Lo snorkeling è un'escursione marina, semplice e divertente per tutti, famiglie, ragazzi, amanti del mare anche se con poca acquaticità. L'attività consiste nella perlustrazione dei fondali dalla superficie, con utilizzo di maschera e boccaglio, alla scoperta della colorata e sorprendente vita marina.

17-19-26-31 LUGLIO; 7-14-16-23-28 AGOSTO

Info e prenotazioni: www.nature-trend.org, nature-trend@nature-trend.org, umberto 393-9245839

Stage di Apnea con Istruttore di Apnea PSS (anche con Rilascio di Brevetto) e Riconoscimento di Organismi Marini

a cura dell'Associazione Nature Trend

Straordinaria esperienza per imparare, migliorare, scoprire il magico mondo dell'apnea. Teoria e tanta pratica in piscina e in mare e straordinaria opportunità per imparare a riconoscere gli

organismi marini che incontreremo.

10-11-12 Agosto

Info e prenotazioni: www.nature-trend.org, nature-trend@nature-trend.org, umberto 393-9245839

Rebus di tracce

a cura del CAI sezione Esperia

Dedicato a bambini dai 6 ai 12 anni l'attività propone un percorso sulle tracce degli animali.

Tutti i sabato pomeriggio dal 15 luglio al 30 agosto

Informazioni e prenotazioni: claudia.morano@tiscali.it Claudia 339 3300377

Parco di Gianola e Monte di Scauri

Giochi in equilibrio

a cura del CAI sezione Esperia

Percorsi e giochi in equilibrio per avvicinare i bambini alla conoscenza del loro corpo in movimento.

Tutti i sabato pomeriggio dal 15 luglio al 30 agosto

Informazioni e prenotazioni: claudia.morano@tiscali.it Claudia 339 3300377

Piccoli escursionisti al tramonto

a cura del CAI sezione Esperia

Attività gratuita dedicata ai piccoli da 3 a 5 anni

12 agosto

Informazioni e prenotazioni: claudia.morano@tiscali.it Claudia 339 3300377

Serata sotto le stelle

A cura della Associazione Ambiente & Natura è Vita

Le fasi lunari, dai miti alle conoscenze scientifiche. Un'esperienza che unisce fascino, mistero e stupore.

7 luglio e 11 agosto

Info e prenotazioni cell. 333 4749032 Marco, 339 6225599 Angelo

Serata Fantasia

a cura dell'Associazione Ambiente & Natura è Vita

Un invito a riscoprire il mondo fantastico delle favole, per ritrovare il senso di meraviglia e di stupore, i sentimenti sepolti e il mondo fiabesco e valorizzare il bambino che è in noi.

14 luglio e 4 agosto

Info e prenotazioni Marco 3334749032 e-mail illupogrigio@hotmail.it;

Cavalli

a cura del Centro Equitazione Gianola,

gare sociali di Gimkana e Salto Ostacoli ogni prima domenica del mese

visita didattica del centro dalle ore 18.00 alle 20.00 con giri a cavallo

INFO: maneggiogianola@libero.it

Via Afan de Rivera, 9 Formia

07711763097

Sarah 3807966388, Peppe 3339660558, Roberta 3420680523

PARCO MONTE ORLANDO

Percorso nella storia

a cura dell'Associazione Le Tradizioni

In una ambientazione suggestiva un percorso nella storia dalla costruzione della Batteria Monte Orlando Superiore alla Seconda Guerra Mondiale

tutti i sabato e domenica di luglio e agosto dalle 17 alle 20 o su prenotazione

Info e prenotazioni: Mauro 3471462635

Seguendo gli azimuth

a cura del CAI sezione Esperia

Attività di orienting per bambini dai 6 ai 12 anni: dopo una breve introduzione teorica, con il solo aiuto di una bussola e di una speciale cartina topografica, si completa un percorso definito.

Tutti i sabato pomeriggio dal 15 luglio al 30 agosto

Informazioni e prenotazioni: claudia.morano@tiscali.it Claudia 339 3300377

La pista botanica

Percorso naturalistico in ambienti diversi come la macchia alta, media e bassa e la gariga per parlare di biodiversità.

Tutti i sabato pomeriggio dal 15 luglio al 30 agosto

Informazioni e prenotazioni: claudia.morano@tiscali.it Claudia 339 3300377

Il respiro del mare

a cura dell'Associazione Equitrek La Selva

Escursione a piedi nel Parco di Monte Orlando, un trekking a piedi geo-naturalistico, con visita alla Grotta del Turco e scorci mozzafiato a picco sul mare, un viaggio nel tempo per scoprire insieme l'origine del parco

su prenotazione ogni sabato del mese di luglio e agosto

Info e prenotazioni 3478890384 o info@equitreklaselva.com,

Dal sentiero del ghio al falco pellegrino

a cura dell'Associazione Equitrek La Selva

Trekking naturalistico alla scoperta delle piante e degli animali del Parco.

su prenotazione ogni sabato del mese di luglio e agosto

Info e prenotazioni 3478890384 o info@equitreklaselva.com

Il silenzio del bosco di notte

a cura dell'Associazione Equitrek La Selva

Un emozionante esperienza di notte, a piedi nel Parco di Monte Orlando, alla ricerca dell'ascolto del bosco e dei suoi abitanti, la condivisione di una esperienza molto suggestiva.

30 agosto

Info e prenotazioni 3478890384 o info@equitreklaselva.com,

Passeggiata al tramonto, a cavallo

a cura dell'Associazione Equitrek La Selva

Passeggiata a cavallo in uno spettacolare scenario naturalistico e storico tra i profumi e gli odori della macchia mediterranea.

Tutte le domeniche del mese di luglio e agosto

Info e prenotazioni 3478890384 o info@equitreklaselva.com,

Il libro, cibo dell'anima

a cura dell'Associazione Equitrek La Selva

Ciclo di letture all'aria aperta, camminando nel verde: un momento di ascolto e riflessione immersi nella natura del parco per nutrire la nostra anima.

14 luglio, 18 agosto, 1 settembre, 29 settembre

Info e prenotazioni Benedetto 3293436832

Disegna i colori del parco stage per bambini

a cura dell'Associazione Equitrek La Selva

il sabato 7 luglio e sabato 14 luglio con il maestro Bruno Spiccia, minimo 10 bambini

Info e prenotazioni 3478890384 o info@equitreklaselva.com,

Stage disegno naturalistico

a cura dell'Associazione Equitrek La Selva

con il maestro Bruno Spiccia, per adulti

Sabato 21 e sabato 28 luglio, dalle 17.00 alle 19.00

per info e prenotazioni 3478890384

Workshop di fotografia naturalistica

a cura dell'Associazione Equitrek La Selva in collaborazione con l'Ass. Oreas

Un workshop fotografico indirizzato a chi si avvicina alla fotografia o che desidera approfondire il meraviglioso mondo della fotografia naturalistica.

Ad una breve introduzione teorica di circa un'ora: A) La temperatura colore. B) ISO, tempi e diaframmi. C) La profondità di campo. D) Brevi cenni sulle ottiche, seguirà un'escursione nel parco dove i partecipanti al workshop saranno seguiti ed assistiti nell'attività e nell'applicazione di quanto appreso.

Presso il Museo Naturalistico Ferdinando II a M. Orlando,

sabato 25 agosto e 1 settembre dalle 18.00 alle 21.00

per info e prenotazioni 3478890384

Bimbi a cavallo

a cura dell'Associazione Equitrek La Selva

ogni lunedì, martedì e mercoledì, su prenotazione dalle 10.00 alle 12.30.

Per info e prenotazioni 3280492710.

Serata sotto le stelle

A cura della Associazione Ambiente & Natura è Vita

Le fasi lunari, dai miti alle conoscenze scientifiche. Un'esperienza che unisce fascino, mistero e stupore.

28 luglio e 25 agosto

Info e prenotazioni cell. 333 4749032 Marco, 339 6225599 Angelo

Seminario di Tai Ji Quan

a cura dell'Associazione Siu Lam Kung Fu Lon Fon

Il Tai Ji è un sistema di meditazione in movimento. Praticare questa disciplina immersi nella natura contribuisce a scaricare lo stress e a stabilizzare la mente, calmando il sistema nervoso centrale.

Attività gratuita il 15 luglio, grazie al CREIA Regione Lazio

Info e prenotazioni al 3270425475

Serata Fantasia

a cura dell'Associazione Ambiente & Natura è Vita

Un invito a riscoprire il mondo fantastico delle favole, per ritrovare il senso di meraviglia e di stupore, i sentimenti sepolti e il mondo fiabesco e valorizzare il bambino che è in noi.

21 luglio e 18 agosto

Info e prenotazioni Marco 3334749032 e-mail illupogrigio@hotmail.it;

Due Passi con Planco

a cura dell'Associazione Sogni & Spade

Percorso di rievocazione storica che offrirà ai visitatori l'opportunità di immergersi per qualche ora nella vita quotidiana della Roma pre-imperiale, seguendo le vicende della vita di Lucio Munazio Planco

8, 19, 26 luglio e 2, 9, 16, 23, 30 agosto

info e prenotazioni: info@sogniespade.it cell. 3277485408 (Stefano) 3200865312 (Mauro)

MONUMENTO NATURALE DI SPERLONGA

SNORKELING NEL PARCO

a cura dell'Associazione Nature Trend

Lo snorkeling è un'escursione marina, semplice e divertente per tutti, famiglie, ragazzi, amanti del mare anche se con poca acquaticità. L'attività consiste nella perlustrazione dei fondali dalla superficie, con utilizzo di maschera e boccaglio, alla scoperta della colorata e sorprendente vita marina.

17-19-24-26-31 LUGLIO; 2-7-9-14-16-21-23-28 AGOSTO

Info e prenotazioni: www.nature-trend.org, nature-trend@nature-trend.org, umberto 393-9245839

I sensi dell'antica Via Flacca

a cura dell'Associazione Equitrek La Selva

Escursione aromatica, ripercorrendo un tratto dell'antica via romana, un viaggio attraverso i sensi: ascolto, osservo, odoro, gusto e tocco le piante e i fiori della macchia mediterranea.

7 luglio

Per info e prenotazioni 3280492710

Ho visto una...balena

a cura del CAI sezione Esperia

Dedicato ai bambini da 6 a 12 anni: osservazione dell'ambiente marino costiero

25 agosto

Informazioni e prenotazioni: claudia.morano@tiscali.it Claudia 339 3300377