



*I Trails per emozionarti d'Africa*

**Organizza:**

**The Waka Waka race !!!**



**3<sup>^</sup> Edizione: dal 25 Aprile al 3 Maggio 2013**

*Scoprire L'Etiopia correndo e' un'esperienza indimenticabile; i ragazzini Vi inciteranno al ritmo di Waka Waka: la nostra corsa e' associata a questo ritmo! E per visitare l'angolo piu' selvaggio del paese... estensione Omo River.*

#### PROGRAMMA

##### **25 Aprile**

Partenza in serata dall'Italia con volo di linea.

##### **26 Aprile**

In mattinata partenza per il **Lago Ziway**.

Nel pomeriggio gita sul lago (opzionale): zona ideale per bird watching con aquile pescatrici e avvicinamento agli ippopotami. **Pensione completa in Hotel.**

##### **27 Aprile**

Giornata dedicata alla scoperta delle bellezze dei Laghi della Rift Valley e dei dintorni di Ziway

**Pensione completa in Hotel.**

##### **28 Aprile**

**Prima tappa: 18 km.** Altitudine 1600 m.

La tappa si svolge lungo il lago Ziway, tra scenari incantevoli, in zona collinare. Nel pomeriggio trasferimento ad **Hawassa**.

**Cena e pernottamento in Hotel.**

##### **29 Aprile**

**Seconda tappa: 10 km circa.** Altitudine 1700 m.

Tappa "veloce" con percorso spettacolare lungo il lago e con arrivo in salita sul Monte Tabor con panorama mozzafiato di Hawassa dall'alto.

**Pensione completa in Hotel**

##### **30 Aprile**

**Terza tappa 21 km**

Tappa bellissima lungo la sponda opposta del lago.

Nel pomeriggio trasferimento, in foresta, a Yirgalem.

**Cena e pernottamento all' Aregash Lodge.**

##### **1 Maggio**

**Quarta ed ultima tappa: 15 km**

Foresta, piantagioni di caffè e saliscendi da ricordare una corsa in montagna...

**Premiazioni. Pensione completa all'Aregash Lodge.**

##### **2 Maggio**

Rientro ad **Addis Ababa per il volo di rientro in Italia in tarda serata** o partenza per **Arbaminch** (estensione).

**Estensione OMO-River:** si attraversano villaggi **Dorze** famosi per le capanne in bambù. Gita sullo straordinario **lago Chamo** con le sue migliaia di Hippos e Coccodrilli.

##### **3 Maggio**

**Partenza per Jinka.** Si visita la popolazione dei **Conso**.

##### **4 Maggio**

Da Jinka si entra nel **Mago National Park:** siamo nella terra dei **Mursi con le donne con i piattelli labiali...**

##### **5 Maggio**

Da Jinka ad Arbaminch per il volo interno su Addis Ababa

In tarda serata **volo internazionale** con arrivo in Italia in **mattinata del 6 Maggio.**



A.S.D. Run&Travel

E-Mail: [info@runandtravel.it](mailto:info@runandtravel.it) – Web: [www.runandtravel.it](http://www.runandtravel.it)

Ing. Patrizio Bogni Mob. 347 3233916

Rosella Mob. 349 8315243

## QUOTE DI PARTECIPAZIONE

### Costo per persona in camera doppia

- Iscrizioni entro il 31 Gennaio 2013	Euro	1950,00
- Iscrizioni successive:	Euro	2100,00
- Supplemento singola (Escluso Yirgalem con cottages con piu' camere):	Euro	170,00
- Atleti: iscrizione gara + associazione ASD Run&Travel + tessera UISP:	Euro	150,00
- Accompagnatori: iscrizione A.S.D Run&Travel:	Euro	40,00
- Estensione Omo River: quote su richiesta.		

### **Le quote comprendono:**

- Voli di linea dall' Italia (Milano)
- Pensione completa e attività come da programma
- Trasferimenti
- Assicurazione sanitaria di viaggio

### **Le quote non comprendono:**

- Visto per ingresso Etiopia (US\$20)
- Bevande, mance, articoli personali e tutto ciò che non indicato espressamente nel presente programma
- Attività opzionali

## RUN&TRAVEL E' PARTNER DI:

# ENJOY YOUR LIFE



A.S.D. Run&Travel

E-Mail: [info@runandtravel.it](mailto:info@runandtravel.it) – Web: [www.runandtravel.it](http://www.runandtravel.it)

Ing. Patrizio Bogni Mob. 347 3233916

Rosella Mob. 349 8315243