



ROMA KAYAK MUNDI

CANOISTI DEL MONDO INTERO UNITEVI!



19 giugno – Fiume Velino

Porta un amico in canoa



Domenica 19 giugno avrà luogo a Rieti il **PROVOKAYAK 2022**, manifestazione di avvicinamento al mondo della canoa fluviale organizzata dall'associazione Roma Kayak Mundi con la collaborazione del Centro Rafting Avventuristicando di Rieti.

Dopo alcune nozioni preliminari a riva i partecipanti (dai 6 ai 90 anni) potranno provare l'emozione di una vera discesa in canoa sulle chiare e fresche acque del fiume Velino a Rieti su un percorso adatto a tutti, **purchè sappiano nuotare**, ed in totale sicurezza grazie all'assistenza dei tecnici della Federazione Italiana Canoa Turistica e dei membri del Roma Kayak Mundi che li guideranno in fiume.

Le canoe e tutto l'equipaggiamento base necessario saranno messi a disposizione dagli organizzatori.

Oltre a costume da bagno e asciugamano è consigliabile portarsi una maglia termica, calzini (preferibilmente di lana o neoprene) e calzature adatte (vecchie scarpe da ginnastica o sandali che non possano sfilarsi inavvertitamente dal piede).

Considerata la bassa temperatura dell'acqua è importante essere digiuni almeno due ore prima dell'inizio dell'attività.

Sarà possibile discendere il fiume provando anche il gommone (o rafting), il sup, o le sit-on-top, partendo da Ponte Cavallotti, fino a raggiungere il centro di Rieti alla base Rafting Avventuristicando.

Per la discesa in canoa è prevista una minima **quota di rimborso spese di organizzazione (2 euro)** e per le altre attività scelte una quota simbolica.

La prova con il **gommone avrà un costo di 5 euro a persona.**

Appuntamento alle 9,30 a Rieti presso il Centro Rafting Avventuristicando adiacente il Centro Commerciale la Fornace in via Salaria n. 26. **Durata attività dalle ore 10,00 alle 14,00 con turni in kayak di circa 30 minuti.** Per info e prenotazioni kayak/sup rivolgersi a: Salvatore Paolucci 335-7510637.

Il Centro Avventuristicando dispone anche di un parco avventura con percorsi semplici per i bambini e via via più impegnativi per ragazzi e adulti. Per il Rafting e Parco Avventura fare riferimento a Cristina 340-9578276.

Saranno presenti gli amici del **Moby's Sub Rieti** con possibilità di immersioni in fiume solo per i possessori di brevetto di II livello e previa prenotazione (rif. Luciano 338-4177974).

Per tutte le attività si prega di avvertire, in caso di partecipazione, i rispettivi riferimenti.

Inoltre gli amici dell'associazione **Terminillo Trekking 360** saranno disponibili a dimostrazioni di packraft.

I partecipanti al Provokayak che prenoteranno un corso completo di canoa per il fine settimana del 25 e 26 giugno otterranno uno sconto del 10% sulla quota prevista.

Al termine, **previa prenotazione**, sarà possibile partecipare al **pranzo organizzato dal Lungo Velino Caffè, a prezzo convenzionato di 12 € (due primi, insalata, acqua e vino).**

Per chi volesse trascorrere a Rieti tutto il week-end è inoltre prevista, **nella serata di sabato 18 giugno, una discesa di RAFTING IN NOTTURNA con successiva grigliata.**

Per pernottamenti e prenotazioni di RAFTING IN NOTTURNA e grigliata del sabato, pranzo della domenica, Rafting di domenica e parco avventura rivolgersi a Cristina 340-9578276 – Avventuristicando.

Per ulteriori informazioni consultare i siti: www.romakayakmundi.it e www.avventuristicandopark.com.

**P
R
O
V
O
K
A
Y
A
K**