



TREVIGNANO  
**LAKE**  
**IS MORE**

# T.O.E. TREVIGNANO OUTDOOR EXPERIENCE



IL GUSCIO VIAGGI  
TOUR OPERATOR



## SUP TOUR

MEDITAZIONE + COLAZIONE IN SPIAGGIA  
O APERITIVO AL TRAMONTO

Un'esperienza stimolante dedicata a coloro che vogliono immergersi nella natura. Scoprirete che ogni semplice movimento richiederà concentrazione, ma regalerà calma mentale e rilassamento allontanando stress, ansia e tristezza.

Al rientro in spiaggia, ci sarà un'ottima degustazione di cibi locali.

Durata: **4 ore**

Disponibilità: dal **giovedì alla domenica**

**€ 35,00**



## KAYAK TOUR

**LIGHT TRAINING + PERCORSO SENSORIALE ALL'ALBA O AL TRAMONTO**

Un'esperienza in totale connessione con la natura. Dopo aver ricevuto un'introduzione teorico-pratica, ci avventureremo insieme sulle acque del lago. Il kayak offre punti di vista unici, le sensazioni di comunione totale con gli elementi della natura sono amplificate nel caso di una pagaiata all'alba o al tramonto.

Difficoltà: richiede la capacità di nuotare ed un'altezza minima di 1,50m

Durata: **3/4 ore**

Disponibilità: **tutti i giorni** su prenotazione

Itinerari: verso i borghi del lago e/o calette e spiagge nascoste.

**€ 55,00**



## WIND SURF RESILIENT TRAINING

Un'esperienza formativa che ti permetterà di metterti in gioco, sentire il tuo corpo, gestire le tue emozioni e potenziare le tue capacità.

Attraverso un'attività sfidante come il windsurf, imparerai a riconoscere il modo in cui interpreti gli eventi quotidiani e con questo migliorare il modo di affrontare la tua vita.

Sarai accolto in una location esclusiva e altamente suggestiva. Il lago e la natura incontaminata ti accompagneranno in questa esperienza fuori dal comune che dopo l'esercizio e il surf si concluderà con l'assaggio dei sapori locali.

Esperienza incredibile, semplice e adatta a tutti che comprende:

### **LIGHT TRAINING + WINDSURF + APERITIVO AL TRAMONTO**

Istruttore certificato CONI e due esperti di people empowerment  
Unico requisito: saper nuotare.

Durata: **5 ore**

Orari: **15:00/ 20:00**

Disponibilità: dal **giovedì** alla **domenica**  
fino al **30 settembre 2020**

**€ 55,00**



## TRIMARANO TOUR

### LIGHT TRAINING + TOUR A SCELTA + DEGUSTAZIONE

Il vento in faccia il solo rumore dello sciabordio dell'acqua cristallina del Lago di Bracciano. Dopo un breve briefing sulla navigazione a vela, verrai accolto dalle acque del Sabazio a bordo di Superciuck, un fantastico Trimarano di 18 piedi dove potrai tradurre in pratica le nozioni appena apprese e conoscere meglio i termini marinari o semplicemente goderti il sole steso sui teli della barca. A seconda delle condizioni del vento raggiungeremo uno dei tre comuni del lago: Anguillara, Bracciano o Trevignano. Rientrando al circolo Poggio delle Barche, brinderemo all'assaggio della navigazione a vela con un fresco vino bianco di Trevignano accompagnato dal Cacio Fiore che gustavano già gli antichi romani.

**Difficoltà:** per nuotatori esperti

**Equipaggio:** massimo 3 persone oltre allo skipper

**Durata:** 4 ore circa

**Disponibilità:** lun, mar, gio, ven, sab, dom -  
**dall' 1 al 13 agosto**

**Itinerari:** verso i borghi del lago o calette

**€ 45,00**



## TOUR CULTURA & GUSTO

### VISITA DEL BORGO + APERITIVO VISTA LAGO + RILASSAMENTO CON VISTA NOTTURNA

L' atmosfera medievale del borgo di Trevignano Romano e la sua cultura millenaria ti accompagneranno fino alla Chiesa di Santa Maria Assunta, si salirà poi fino all'antico castello da dove potrai godere del magnifico panorama del lago. Scendendo dal sentiero, appena fuori la chiesa degusterai un caratteristico aperitivo al tramonto.

Durata: **1 ora 30 min** dalle 19:30

Disponibilità: **tutti i giorni**

**€ 20,00**



## TOUR NATURALISTICO

### TREKKING + PERCORSO SENSORIALE ALL'ALBA O AL TRAMONTO

Immergiti nella natura incontaminata del parco naturale del Lago di Bracciano.

Il percorso guidato inizierà con la visita alla Chiesa di San Bernardino e proseguirà lungo il sentiero. Ad accoglierti in cima al monte, prodotti locali messi a disposizione dalle aziende agricole e vinicole del territorio ed una vista mozzafiato.

Durata: **2 ore** dalle 17:30 alle 19:30

Disponibilità: **tutti i giorni**

Difficoltà: **media**

**€ 20,00**





## IL GUSCIO VIAGGI TOUR OPERATOR

Autorizzazione Regione Lazio n. 547 del 26.6.2001

Partita IVA e Codice Fiscale 06528451005

codice REA 973122

Ass. Fondo di Garanzia Filodiretto,  
Polizza n. 6006002036/I

Assicurazione Unipol SAI, polizza n. 158553106

Per info e prenotazioni contatta

Ariadne +39 392 8349063

Giancarla +39 329 3811167

o visita il sito:

[WWW.ILGUSCIOVIAGGI.COM](http://WWW.ILGUSCIOVIAGGI.COM)



LAKE IS MORE - TREVIGNANO ROMANO

Facebook: il guscio viaggi tour operator

