



## **Newsletter 11/17 – Giugno**

### **Domenica 04/06 – Percorso delle Meridiane e Santuario di Monserrato CN**

La camminata si presenta con un percorso ad anello di circa 7 Km che avrà inizio alla frazione San Antonio di Aradolo (1057 m), per poi proseguire in Tetto Pilone e raggiungere il panoramico sentiero che si inerpica tra cespugli di lavanda sino a Monte Croce (1217 m) da cui si potrà ammirare il Re di Pietra delle Alpi Cozie ed una meridiana, posta alla base della croce che sovrasta il Monte. Il panorama che si presenta spazia dalla Bisalta al Gelas, dal Monte Matto al Monviso; proseguendo lungo la dorsale boscosa sullo spartiacque tra Valle Stura e Gesso, si raggiunge la suggestiva Piazzetta degli Orologi Solari, dove si trovano alcuni bellissimi esemplari di orologi; la stradina prosegue sino ad arrivare presso una bella baita "Il Ruciariund" con attorno altri orologi solari ed una interessante scultura lignea dell'arco delle Alpi Marittime. Il percorso procede su pista forestale attraverso la "via dei Teit" passando per Tetto Gian Grand e raggiungere così, attraverso un sentiero che serpeggia tra i castagni e querce, la frazione di Sant'Antonio di Aradolo. Trasferimento al ristorante "La Freu" di Borgo San Dalmazzo, immerso nel verde con vista panoramica sulla città, da cui si potrà gustare un ottimo pranzo sulla terrazza del ristorante. Nel pomeriggio si riparte per la camminata sino al *Santuario della Madonna di Monserrato* con un percorso di circa km 2 attraverso la caratteristica via Crucis che porta davanti alla Chiesa, da cui si potrà ammirare un incantevole panorama sulla pianura cuneese.

Sviluppo totale km 9 - dislivello +/- m 300.

Logistica: viaggio con i mezzi propri, ritrovo ore 9.30 in Largo Argentera a Borgo San Dalmazzo e successivo transfert in auto sino alla frazione San Antonio di Aradolo, ove inizierà la camminata.

Quota di partecipazione € 25 comprensiva pranzo al ristorante "La Freu" (tris di antipasti, grigliata mista con contorni, dolci, caffè e bevande incluse).

Iscrizioni e disdette entro ore 13 mercoledì 31/05, specificando disponibilità auto, ad Anna tel. 339 7708554.

### **Domenica 04/06 – Tra boschi e antiche borgate – Valle Varaita**

Panoramico e piacevole percorso ad anello tra boschi e borgate, ricco di interessanti spunti, utilizzando gli antichi sentieri di Becetto, ridente frazione di Sampeyre.

Itinerario: Fraz. Becetto m 1379 – borgata Graziani – percorso botanico con bacheche - *digressione nel nuovo ponte sospeso sul rio Crosa* – borgata Morelli m 1425 - pilone votivo località Crosetto m 1445 – borgata Serre Sup. m 1431 – grange Meire del Plan m 1425 / pranzo al sacco con propri viveri – borgata Dragoniere m 1312 – borgata Serre Inf. m 1303 – fraz. Becetto.

Sviluppo tot. Km 10 circa - dislivello +/- m 200 circa.

Logistica: viaggio con i mezzi propri, incontro ore 7:50 in piazza Pitagora, 18 ang. Via Monte Novegno - condivisione auto con ripartizione spese viaggio – ore 8,00 partenza per Becetto fraz. di Sampeyre, incontro con i partecipanti del week-end, e inizio camminata.

Quota di partecipazione € 10. Noleggio bastoncini € 3.

Iscrizioni e disdette entro ore 13 giovedì 01/06, a Claudio, tel. 392 4258175.



### **Domenica 11/06 – Da Barge al Monastero di Pra d' Mill**

Bella camminata nella valle Infernotto sulle alture tra Barge e Bagnolo P.te. Attraverso una stradina dapprima asfaltata tra le case e poi sterrata c'innalziamo gradualmente per addentrarci in un fitto castagneto fino a raggiungere il monastero cistercense, luogo mistico e isolato in mezzo ai boschi, luogo senza tempo frequentato dai monaci con il tipico abito.

Sviluppo a/r: km 13 – disl. +/- m 450 - Pranzo al sacco con propri viveri- copripunta.

Logistica: viaggio con i mezzi propri, incontro ore 8:30 in piazza Pitagora, 18 ang. Via Monte Novegno - condivisione auto con ripartizione spese viaggio - partenza 8:45 per Barge, ove inizierà la camminata.

Quota di partecipazione € 10. Noleggio bastoncini € 3.

Iscrizioni e disdette entro venerdì 09/06, a Cristina, tel. 320 1761766.



### **Domenica 18/06 –**

Programma in preparazione. Dettaglio nella prossima News.

### **Domenica 25/06 – Val Troncea**

La Val Troncea costituisce la testata del bacino imbrifero del torrente Chisone. La vallata si è formata per effetto dell'azione dei ghiacciai e di fenomeni erosivi ancora in atto. L'area protetta, delimitata per gran parte del suo perimetro da cime di tremila metri di altitudine, è inserita nei Parchi Alpi Cozie e si estende per una superficie di 3280 ettari occupando la parte superiore del bacino imbrifero del torrente Chisone.

Itinerario: borgata Pattendouche m 1585 – ex fonderia Tuccia – borgata Laval m 1677 – Bergerie della Lendiniera m 1973. Ritorno lungo la via dell'andata. Sviluppo a/r. km 15 ( o a scelta km 10)- dislivello +/- m 388. Pranzo al sacco con propri viveri.

Logistica: viaggio con i mezzi propri, incontro alle ore 8:15 in Piazza Pitagora, 18 ang. via Monte Novegno– condivisione auto con ripartizione spese viaggio- partenza ore 8:20 per Pattendouche, ove avrà inizio la camminata.

Quota di partecipazione € 10. Noleggio bastoncini € 3.

Iscrizioni e disdette entro ore 18 venerdì 23/06 a Simona, tel. 320 2610431

## **Serata conviviale giovedì 22/06**

presso la bocciofila Pozzo Strada in via Fattori, 23.

Ritrovo alle ore 19:45 e cena alle ore 20; menù a scelta, prezzo € 15 circa.

Alle ore 21:30 proiezione foto dei viaggi a Lanzarote e a Maiorca.

Prenotazioni entro 19/06 a Simona tel. 335 6912148.

### **Allenamenti nordic walking nei parchi pubblici.**

**Sabato 17/06 h. 10.00-11.30 - Parco Colletta – passerella Lungo Dora Voghera.**  
Costo € 5 – Adesioni a Cristina, tel. 320 1761766.

**Sabato 17/06 h. 10-12 – Parco Piazza d’Armi – Allenamento con ripasso e pulizia tecnica.** Costo € 10 – Adesioni entro 16/06 a Simona, tel. 335 6912148

**Giovedì 01-08-15-22-29/06 h. 18.15-19.30 - Parco Piazza D’Armi – angolo corso Sebastopoli - Allenamenti gratuiti di fitwalking e di nordic walking.**  
Info Claudio, tel. 392 4258175.

**Sabati 03-10-17-24/06 mattino e/o pomeriggio e infrasettimanali presso Parco Fluviale di Roccavione, Borgo San Dalmazzo e Cuneo, in orario da concordare.**  
Costo € 5 - Adesioni ad Anna, tel. 339 7708554

### **Corso base di nordic walking**

**Sabati 10-17/06 h. 10,00-12.15 presso Parco Ruffini - chiosco bar corso Trapani**  
Costo € 45,00 – Iscrizioni a Claudio, tel. 392 4258175.

### **SAVE THE DATE**

**24-25/06 Passeggiate in alta Val Chisone – programma allegato.**  
Info e prenotazioni a Simona, tel. 335 6912148.

**01-02/07 Tra gli stambecchi del Parco Nazionale del Gran Paradiso – programma allegato.**  
Info e prenotazioni a Claudio, tel. 392 4258175.

**18-25/08 Il Principato delle Asturie – Spagna. Programma dettagliato nel sito.**  
Info e prenotazioni a Simona, tel. 335 6912148.

**31/12/17-07/01/18 Alla scoperta di Gran Canaria. Programma dettagliato nel sito.**  
Info e prenotazioni a Simona, tel. 335 6912148.

**N.B: LE USCITE SONO ESCLUSIVAMENTE RISERVATE AGLI ASSOCIATI WALKING CENTER PIEMONTE CHE HANNO GIA’ SEGUITO UN CORSO BASE DI NORDIC WALKING.**

**LE ISCRIZIONI E LE DISDETTE DELLE USCITE DOVRANNO ESSERE COMUNICATE ENTRO LA DATA INDICATA NEL PROGRAMMA. IN CASO DI MANCATA DISDETTA ENTRO I TERMINI, VERRA’ COMUNQUE ADDEBITATA LA QUOTA, DA SALDARSI IN OCCASIONE DELLA PROSSIMA ATTIVITA’.**

**PER PARTECIPARE ALLE ATTIVITA’ DELLA ASSOCIAZIONE E’ RICHIESTA LA TESSERA 2017, COMPRESIVA DI CARD FITEL CON COPERTURA ASSICURATIVA, FORNITA AL COSTO DI € 15.**

Iscrizione con D.P.G.R. 03.02.1993 n. 509 nel Registro del Volontariato della Regione Piemonte. Affiliazione n. 2596 alla Federazione Italiana Tempo Libero (FITeL), che è iscritta con il n. 34 nel Registro Nazionale delle Associazioni di Promozione Sociale ed è riconosciuta dal Ministero dell’Interno quale Ente Assistenziale con D.M. n. 59/C.24028 (A) 142 del 10/01/2001.