



## **Newsletter 09/18 – anno XXVII – mese Maggio**

### **Domenica 06/05 – La Cappella del Moscato – Coazzolo (AT)**

Gradevole panoramico sentiero collinare tra vigne e noccioleti.  
Sviluppo a/r. 13,5- dislivello +/- m 380. Pranzo al sacco con propri viveri.

Logistica: viaggio con mezzi propri, incontro ore 9:15 a Torino in piazza Pitagora, 18 angolo via Monte Novegno – condivisione auto con ripartizione spese viaggio – e partenza ore 9:30 per Coazzolo, ove avrà inizio la camminata.  
Quota di partecipazione € 10. Noleggio bastoncini € 3.  
Iscrizioni e disdette entro ore 18 venerdì 04/05 a Simona al 335 6912148.



### **Sabato 12/05 – Traversata da Genova al Passo dei Giovi**

Una bellissima traversata panoramica, in collaborazione con il Circolo Ricreativo Dipendenti Comunali, lungo una tappa dell'Alta Via dei Monti Liguri. L'ardita ferrovia Genova-Casella, con forti pendenze e strette curve fra crinali appenninici, dirupi e trincee conduce alla fermata spartiacque di Crocetta d'Orero ove tra bei castagneti e costiere erbose, che offrono notevoli panorami, si raggiunge dapprima il Santuario della Vittoria, situato sullo spartiacque tra la Val Polcevera e la Valle Scrivia, e poi il valico appenninico Passo dei Giovi.

**Percorso: Genova-Passo dei Giovi**

**Crocetta d'Orero m 458 (fermata ferrovia Genova-Casella) - Versante nord-est del Monte Carmo d'Orero - Sella tra Monte Capanna e Monte Carmo d'Orero (m 614) - Piano delle Barche (m 607) - Versante sud-ovest del Monte Vittoria - Santuario Nostra Signora della Vittoria (m 591) - Passo dei Giovi (m 472).**

**Sviluppo percorso km 7,5. Dislivello +/- m 270.**

Quota di partecipazione: € 22 comprensiva viaggio a/r. in autopullman G.T e accompagnamento con Guida Escursionistica Ambientale.

Biglietto ferrovia Genova-Casella € 4,50. Pranzo al sacco con propri viveri.

Partenze autopullman: ritrovo ore 7:15 autostazione di c.so Vittorio Emanuele II e partenza per Genova alle ore 7:30. Partenza ore 7:45 da piazza Pitagora, 18 angolo via Monte Novegno. Partenza bus dal Passo dei Giovi per rientro a Torino ore 17.

Iscrizioni e disdette entro ore 12 di giovedì 10/05, indicando la fermata prescelta, a Claudio tel. 392 4258175.



**Domenica 13/05 -- Laghetti di Tetto Lupo e birdwatching --  
Parco Fluviale e Complesso Monumentale di San Francesco (CN)**

In frazione Madonna delle Grazie, poco a valle della confluenza, in località Tetto Lupo sono stati realizzati due laghetti artificiali, che costituiscono un'area umida di passaggio e collegamento verso altre aree più ampie, come l'Oasi della Madonnina, e che costituiscono un punto di rifugio ed appoggio per molti esemplari di avifauna e non solo. Il Parco Fluviale Gesso e Stura si è arricchito di una nuova struttura, dedicata all'osservazione naturalistica, dove è stato realizzato un punto di birdwatching, a cura di Atelier Mobile, la scuola estiva internazionale di architettura. La camminata inizia dalla Stazione Ferroviaria di Cuneo dove si raggiungeranno, passando attraverso il Parco della Gioventù, i laghetti di Tetto Lupo dopo circa 6 km con dislivello di circa 80 m. Pranzo al sacco con i propri viveri in un'area verde adiacente al Tetto e ritorno a Cuneo affiancando la vecchia Stazione Ferroviaria di Borgo Gesso per risalire sull'altipiano passando per il centro storico per raggiungere il Complesso Monumentale di San Francesco. Il Museo Civico di Cuneo è ospitato entro la suggestiva cornice del Complesso Monumentale di S. Francesco, comprendente l'ex convento e l'annessa chiesa, classificato come monumento nazionale e rara testimonianza architettonica di epoca medioevale in città. In questo luogo, probabilmente già a partire dal XIII secolo, si insediano i frati francescani; soprattutto dal XV secolo il Complesso diventa un importante punto di riferimento per tutta la cittadinanza cuneese e le famiglie nobili partecipano con ingenti donazioni all'abbellimento e all'ampliamento della struttura. Dopo le ore 15.00 visita guidata alla chiesa di San Francesco con annessa mostra su importanti personaggi storici della città e successiva visita al Museo Civico. Ritorno alla Stazione Ferroviaria di Cuneo: sviluppo a/r circa km 12. L'ingresso al complesso Monumentale è di € 3,50 per i possessori dell'abbonamento Musei Torino-Piemonte è di € 5,50 per ingresso intero.

Logistica: viaggio con mezzi propri, ritrovo ore 10:15 presso il Bar Torrefazione a fianco della Stazione Ferroviaria di Cuneo sul piazzale della Libertà, angolo Lungostura Ventiquattro Maggio, dove avrà inizio la camminata.

Quota di partecipazione € 10. Noleggio bastoncini € 3.

Iscrizioni e disdette entro le ore 19 di giovedì 10/05 ad Annamaria, tel. 339 7708554.

## **Domenica 20/05 – I boschi di Prarostino (TO)**

Tra il Pinerolese e la Val Pellice, un percorso ad anello a saliscendi tra i boschi di castagni e faggi attraverso solitarie borgate. Quota compresa tra 750 e 1000 m. Sviluppo totale km 16 –dislivello m 550. Possibile percorso più breve: circa km 10. Pranzo al sacco con propri viveri. Portare copri punta (brevi tratti di asfalto).

Logistica: viaggio con mezzi propri, incontro ore 8:30 in piazza Pitagora 18 ang. via Monte Novegno – condivisione auto e ripartizione spese viaggio - partenza h. 8:45. Quota di partecipazione: € 10 - noleggio bastoncini € 3.

Iscrizioni e disdette entro venerdì 18/05 a Cristina, tel. 320 1761766.

## **Domenica 27/05 – Anello in Val Malone (TO)**

Facile panoramica camminata ad anello tra i boschi della Valle Malone, lungo stradine e ampie mulattiere.

Itinerario: Fraz. S. Bernardo (m 970) – Cappella del Bandito (m 1002) – Madonna della Neve (m 917) – punto panoramico con possibile fermata (km 7– disl. m 100) - Mulino Val (m 700) -riproduzione del classico mulino a vento olandese – Madonna della Neve - Gr. Bossonet – b.ta La Calma (m 913) – fraz.. S. Bernardo.

Sviluppo a/r. Km 10 circa – dislivello +/- m 450. Pranzo al sacco con propri viveri.

Logistica: viaggio con mezzi propri, incontro ore 8:15 in corso Regina Margherita n. 304 (Palazzetto Maffei) angolo c.so Potenza – condivisione auto e ripartizione spese viaggio – partenza h. 8:30 per Corio e, dopo coffee break, trasferimento alla frazione San Bernardo, ove inizierà la camminata.

Quota di partecipazione: € 10 - noleggio bastoncini € 3.

Iscrizioni e disdette entro ore 18 venerdì 25/05 a Claudio tel. 392 4258175, oppure tramite SMS specificando disponibilità auto.

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

Allenamenti infrasettimanali ed il sabato mattina e/o pomeriggio presso Parco Fluviale di Roccavione, Borgo San Dalmazzo, Cuneo ed a Roaschia, in orario da concordare. Costo € 5. Adesioni ad Annamaria, tel. 339 7708554.

Mercoledì, allenamenti preserali, h. 18:15-19:15 - Parco Ruffini – corso Trapani Costo € 5. Adesioni ad Andrea, tel. 347 0507431.

Giovedì 03-10-17-24-31/05 h. 18.15 – 19.30 – Parco Piazza D'Armi – angolo c.so Sebastopoli - Allenamento gratuito di fitwalking e di nordic walking. Info Claudio, tel. 392 4258175.

## **SAVE THE DATE**

29/05-02/06/18 Isola d'Elba – Programma nel sito.

Info e prenotazioni a Simona, tel. 335 6912148.

27/06-01/07/18 Splendida Valtellina – Programma nel sito.

Info e prenotazioni a Simona, tel. 335 6912148.

04-11/08/18 Il Principato delle Asturie – Programma nel sito.

Info e prenotazioni a Simona, tel. 335 6912148.

**N.B: PER PARTECIPARE ALLE ATTIVITA' DELLA ASSOCIAZIONE E' RICHIESTA LA TESSERA 2018, COMPRESIVA DI CARD FITEL CON COPERTURA ASSICURATIVA, FORNITA AL COSTO DI € 15.**

**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'.**

Iscrizione con D.P.G.R. 03.02.1993 n. 509 nel Registro del Volontariato della Regione Piemonte. Affiliazione n. 3020 alla Federazione Italiana Tempo Libero (FITeL).