



Newsletter 19/18 – anno XXVII – mese Ottobre

Domenica 07/10 – VII Raduno piemontese Nordic Walking

Un evento da non perdere, si terrà a Venaria Reale nel Parco della Mandria, organizzato dall'A.S.D. Nordic Walking Venaria.

Un momento importante e coinvolgente, che unirà i nordic walkers piemontesi in una bella camminata attraverso i giardini della Reggia di Venaria Reale ed il Parco della Mandria.

Ore 9,00 registrazione gratuita presso l'ingresso Ponte Verde del Parco della Mandria.

Ore 9.30 partenza della camminata di circa km 10.

Ore 11,00 ristoro

Ore 12.30 pranzo al sacco con propri viveri.

Domenica 14/10 Notre Dames Des Fontaines - Valle Roya

Partendo dalla bellissima Briga medievale, in alta Valle Roya, adagiata in un pianoro lungo il torrente Levenza, a m 770, si percorre “nella giornata nazionale del cammino” il panoramico *sentier d'interpretation de Notre Dame Des Fontaines* per raggiungere il Santuario anche conosciuto come "la Cappella Sistina delle Alpi", per i suoi magnifici affreschi.

Lungo il sentiero si potranno ammirare il Pont du Coq, di origine medievale, l'antica fornace che aveva prodotto i mattoni per la costruzione del villaggio, l'antico mulino de la Brigue, oggi proprietà privata.

Al termine del percorso si vedranno le risorgive e ci sarà la possibilità di pranzare (con propri viveri) in un'area da pique-niques e di visitare il Santuario (€ 4) anche con visita guidata (€ 6). Sviluppo a/r. km 11 circa, dislivello +/- m 300.

Logistica: viaggio con mezzi propri, ritrovo ore 9.15 presso Largo Argentera a Borgo San Dalmazzo Cn, di fronte il Bar LA VOGLIA. Condivisione auto e ripartizione costi viaggio e trasferimento a Briga Marittima dove avrà inizio la camminata.

Quota di partecipazione € 10. Noleggio bastoncini € 3.

Iscrizioni e disdette entro ore 19.00 di giovedì 11/10 ad Annamaria, tel. 339 7708554.





Domenica 21/10 – Il Sentiero dell'acino – Guarene (CN)

Un panoramico percorso tracciato (come viene riportato in una bacheca informativa posta a Guarene) per far conoscere i vigneti del territorio del Roero in cui si produce il Roero DOCG e il Roero Arneis DOCG; si snoda tra i territori di Guarene, Castagnito e Castellinaldo. Noi ne percorreremo per ora solo una parte.

Percorso A : distanza km 10,8 - dislivello +/- m 300.

Percorso B : distanza km 8 – dislivello +/- m 220.

Percorso C : distanza km 5 – dislivello + - m 120

Logistica : viaggio con mezzi propri, ritrovo h 8:50 in p.zza Pitagora 18 ang. via Monte Novegno - condivisione auto e ripartizione costi viaggio - partenza h 9 per Guarene, ove inizierà la camminata. Pranzo al sacco con propri viveri o in risto bar a Castagnito.

Quota di partecipazione € 10. Noleggio bastoncini € 3.

Iscrizioni e disdette entro ore 18 venerdì 19/10 a Simona, tel. 335 6912148.

Domenica 28/10 – da Cavallermaggiore a Savigliano

Lungo il torrente Maira un'interessante percorso pianeggiante su sentiero sterrato attraverso la pianura cuneese. Dal ponte sul Maira di Cavallermaggiore raggiungiamo la bellissima città di Savigliano con la sua scenografica e caratteristica piazza. Il ritorno è per la via dell'andata.

Sviluppo totale a/r. km 20 circa. Pranzo al sacco con propri viveri o presso i risto bar di Savigliano.

Per chi non desidera fare l'intero percorso possibilità di raggiungere Savigliano in treno in tarda mattinata ed effettuare solo il tragitto di ritorno (km 10 circa).

Logistica : viaggio con mezzi propri, ritrovo h 7:45 in p.zza Pitagora 18 ang. via Monte Novegno - condivisione auto e ripartizione costi viaggio - partenza h 8 per Cavallermaggiore, ove inizierà la camminata.

Quota di partecipazione € 10. Noleggio bastoncini € 3.

Iscrizioni e disdette entro ore 18 venerdì 26/10 a Cristina, tel. 320 1761766.

N.B.: Entra in vigore l'ora solare, le lancette dell'orologio devono essere spostare un'ora indietro.

Corsi base di nordic walking

Sabati 20-27/10 h. 10.15 – 12.30 Parco Ruffini – corso Trapani - costo € 45.

Info e iscrizioni a Claudio, tel. 392 4258175

Sabato 20/10 h. 10–13 Parco Piazza d'Armi – formula “full immersion” - costo € 30.

Info e iscrizioni a Simona, tel. 335 6912148.

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- point Roccavione, tel. 339 7708554.

Martedì 09-16-23-30/10 h. 18.00 – 19.15 Parco Colonnetti -via Artom, 30/A angolo via M. Panetti nei pressi della Casa del Quartiere.

Costo € 5. Adesioni a Patrizia- point Moncalieri, tel. 392 2392933.

Giovedì 04-11-18-25/10 h. 18.15 – 19.30 Parco Piazza d'Armi – angolo c.so Sebastopoli - Allenamenti gratuiti. Info Claudio, tel. 392 4258175.

SAVE THE DATE

01-04/11/18 L'Anello del Rinascimento – Firenze. Programma nel sito.
Info e prenotazioni a Cristina, tel. 320 1761766

31/12/18-04/01/19 Capodanno a Valencia – Programma allegato.
Info e prenotazioni a Simona, tel. 335 6912148

03-06/01/19 Cogne-Lillaz – Programma in preparazione.
Info a Claudio, tel. 392 4258175

04-11/01/19 Fuerteventura – Canarie – 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).