

## Camminare fa bene & diverte

### PROPOSTE MESE DI Maggio 2022

Ci puoi seguire sulla pagina facebook :camminare fa bene e diverte

*Camminare in gruppo: per dare l'opportunità di socializzazione , praticare uno stile di vita sano, attivo , sostenibile e per conoscere il nostro territori*

#### **Mercoledì 4 Maggio**

##### **Rifugio Menaggio**

Ritrovo ore 10.30 Piazza Breglia ( parcheggio e accesso alla strada a pagamento) 9,30 Posteggio comunale Tavernola Como

Camminata impegnativa dislivello m.600 sentiero in parte sassoso e con ripidi pendii

Pranzo a sacco

**Iscrizioni entro Lunedì 2 Maggio**

#### **Venerdì 6 Maggio**

##### **Le gole della Breggia CH**

**Ritrovo ore 14.30** posteggio dietro il Centro commerciale Manor Via san Gottardo Balerna

Percorso ad anello, dislivello m 150 km 8.

Sentiero nel bosco con gradini

ore 14 di Fianco alla chiesa di Ponte Chiasso

Si ricorda che l' intervento del soccorso in Svizzera è a pagamento

**Iscrizioni entro Mercoledì 4 Maggio**

#### **Lunedì 9 Maggio**

##### **replica Napoli tra Note e Parole**

**ore 15.30 Sede ex circoscrizione Camnago Volta Como** Piccola performance : brani e canzoni della Napoli del secolo scorso a cura dei Narratori di Auser Oltre lo sguardo

alla pianola Laura Di Gennaro al Piano \_Voci di Anna Daniela Donata Flora Gabriella Giordana Maria Rita Michele Patrizia Silvana

**Iscrizioni entro Venerdì 6 Maggio**

#### **Mercoledì 11 Maggio**

##### **Passeggiata alla scoperta delle erbe spontanee con Francesco Giordano : Casa delle Erbe Vagabonde**

**Ritrovo** ore 14 presso la sede ex Circoscrizione Camnago Volta

Raccolta di Erbe lunga la passeggiata del vecchio tram , preparazioni di pesti e tisane

Occorre portare fogli , penne , bicchiere vasetti

Contributo Volontario per coprire le spese di trasporto di Francesco ( viene da Lecco ) e le spese organizzative organizzative

**Iscrizione entro Giovedì 5**

### **Venerdì 13 Maggio**

#### **Alpe Megna**

**Ritrovo** ore 14.30 Lasnigo

ore 13.45 Posteggio Esselunga Lipomo

Percorso ad anello su sentiero nel bosco Lasnigo Alpe Megna Conca di Crezzo Lasnigo dislivello m 200 Km 8

Presso l' agriturismo dell' Alpe Megna sarà possibile acquistare prodotti caseari

**Stiamo organizzando la visita alla chiesa di Sant' Alessandro Lasnigo , la chiesa di stile romanico che si trova lungo la strada, in questo caso ci troveremo alle 14.15 davanti alla chiesa e anticipiamo il ritrovo al posteggio dell' Esselunga alle 13.30**

**Iscrizioni entro Mercoledì 11 Maggio**

### **Mercoledì 18 Maggio**

#### **Parco di Villa Carcano**

**Ritrovo** ore 15.30 all' ingresso della Villa Carcano Via Piave 48 Anzano del Parco

ore 14.45

Visita al giardino botanico di Villa Carcano tra alberi secolari e laghetto

Percorso su sentiero

Ingresso € 8,00

**Iscrizione entro lunedì 16**

### **Venerdì 20 Maggio**

#### **La resistenza in Tremezzina Percorso storico da Ossuccio a Lenno**

**Ritrovo** ore 14.30 Parcheggio Via Armando Diaz Tremezzina Vicino al cimitero di Lenno

ore 13.45 Parcheggio comunale Tavernola

Camminata tra i borghi della Tremezzina visitando i luoghi della resistenza Biblioteca di Lenno( vecchia filanda) -Proiezione del Video realizzato da Renato Tettamanti e Ubaldo Viganò ritorno ad Ossuccio: Nell'antifascismo la radice della resistenza e della libertà. Storie di sovversivi comaschi

Dislivello m 150 acciottolato e asfalto Km 6

**Iscrizione entro Mercoledì 18 Maggio**

### **Mercoledì 25 Maggio**

#### **Pigra Alpe di Colunno**

**Ritrovo** ore 9,30 Pigra Parcheggio Campo sportivo

ore 8,30 Parcheggio di Tavernola

Pigra Monte Pasquella Alpe di Colunno Pigra

Percorso molto panoramico ma impegnativo nel primo tratto m 250 di dislivello ma molto ripido

Dislivello totale m.550 ritorno su strada asfaltata Totale km 12

Pranzo al sacco

**Iscrizione entro Lunedì 23 Maggio**

### **Venerdì 27 Maggio**

#### **San Fedele Orimento Il sentiero della transumanza**

**Ritrovo** Ore 14.30 Parcheggio Vicino alla baita di Orimento Via Orimento San Fedele Intelvi

ore 13.30 Parcheggio comunale Tavernola

Percorso ad anello , sentiero boschivo in parte sassoso dislivello m 250 Km 8

**Iscrizione entro Mercoledì 25 Maggio**

- **Occorre, per le camminate indossare scarponcini , avere i bastoncini e la mascherina per le situazioni al chiuso e gli assembramenti**
- **Le camminate possono subire delle variazioni o essere sospese per motivi organizzativi**
- **Per iscriversi : inviare una e mail a [gabriella.cammino@virgilio.it](mailto:gabriella.cammino@virgilio.it) oppure un sms al 3336973096 scrivendo nome e cognome dei partecipanti e numero di telefono**
- **Si prega di non telefonare ma di inviare un sms o la e mail informando che avete bisogno di parlare direttamente**
- **Si darà la precedenza agli iscritti Auser Oltre lo Sguardo, Legambiente Angelo Vassallo Como.**
- **E' possibile partecipare se non iscritti ad Auser e Legambiente ad una sola camminata di prova**