

Camminare fa bene&diverte

PROPOSTE MESE di OTTOBRE 2025

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

www.auser.lombardia.it/Como/oltrelosguardo

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

VENERDI 3 OTTOBRE

Le vecchie cave di Como

Visita guidata in collaborazione con Slow Lake Como

Programma realizzato nell'ambito delle Politiche per l'invecchiamento attivo promosso e finanziato da Regione Lombardia con la collaborazione di ATS Insubria

ritrovo ore 14.30 piazza Camerlata Como fermata bus

Camminata lungo i sentieri della spina verde con visita a due cave Km 8 dislivello m 150 durata ore 3

Iscrizione entro mercoledì 1 ottobre

Venerdi 10 Ottobre

Cave di Moltrasio /Carate Urio accompagnati da Pietro Nava

Visitare la chiesa di Santa Marta a cura di Silvia Fasana

Ritrovo ore 14.30 Piazzetta di Tosnacco Moltrasio

Camminata in parte su sentiero e in parte percorrendo acciottolato e gradoni in pietra o sasso km 8 dislivello m200 durata ore 3

Iscrizioni entro mercoledì 8 Ottobre

Mercoledì 15 OTTOBRE

Pigra Alpi di Colonno

ritrovo ore 10 Campo sportivo di Pigra

ore 9.15 parcheggio comunale di Tavernola Como di fronte all'imbarcadere

Pranzo al sacco o presso il rifugio da prenotare al momento dell'iscrizione

Percorso su sentiero nel bosco, in parte sassoso con strappi ripidi

Si richiede passo sicuro e buona autonomia

Km 10 /12 dislivello m 450

iscrizioni entro Lunedì 13 Ottobre

Venerdi 17 Ottobre

Il paese degli Asini e dei mulini: Dizzasco

ritrovo ore 14.30 Dizzasco Via San Pietro

ore 13.45 Parcheggio comunale di Tavernola Como

camminata non impegnativa su asfalto sentiero, acciottolato, gradini alla scoperta del paese di Dizzasco e....caccia al tesoro alla ricerca degli asini

Dislivello m 100 km 7 durata ore 3
iscrizioni entro mercoledì 15 Ottobre

Mercoledì 22 Ottobre

ore 15.30 Sala Civica Camnago Volta Piazza Martignoni 1

Conoscere il nostro territorio:

L'autore Alessandro della Torre presenta il volume Il grigio di Moltrasio

Calcere moltrasino: lavoro, società e arte in mille anni di storia

ingresso libero , aperto a tutte e tutti con prenotazione a camminoaussercomo@gmail.com

Venerdì 24 Ottobre

I mulini di Asso e la cascata Vallategna Canzo

Ritrovo ore 14.30 Asso

ore 13.45 Parcheggio esselunga Lipomo

camminata in via di definizione

iscrizioni entro mercoledì 22 Ottobre

Mercoledì 29 Ottobre

Orimento Monte Generoso

ritrovo ore 10.30 Alpe Grande Via Monte Generoso Centro Valle Intelvi

ore 9.15 Parcheggio comunale di Tavernola di fronte imbarcadere

Pranzo al sacco

Percorso per escursionisti esperti su sentiro nel bosco,sassoso , si richiede passo sicuro ed autonomia dislivello m 500 km 10/12

Si valuterà la possibilità di fare un anello

iscrizioni entro lunedì 27 Ottobre

- Occorre, per le camminate essere in possesso scarponcini e avere i bastoncini
- Le camminate possono subire delle variazioni o essere sospese per motivi organizzativi
- Per iscriversi : inviare una e mail a camminoaussercomo@gmail.com oppure un sms al 3336973096 **scrivendo nome , 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.