

## Camminare fa bene & diverte

### Programma Novembre 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 9 Novembre**

##### **San Maurizio - Boletto**

**Ritrovo ore 9.45 Parcheggio di San Maurizio (Brunate)** sulla destra subito dopo la piazza (il parcheggio è a pagamento)

Pranzo alla Baita Fabrizio € 20.

Dalla Baita Fabrizio, prima del pranzo si raggiungerà la cima del Boletto.

Percorso su sentiero nel bosco dislivello m 300, km 10 circa

**Iscrizioni entro Lunedì 7**

#### **Venerdì 11 Novembre**

Big Bench e cava "La Brusata" di Saltrio

**Ritrovo ore 14.00 parcheggio del cimitero di Saltrio - Via A. Manzoni (a Saltrio seguire le indicazioni per Big Bench)**

ore 13.15 parcheggio Bennet di Montano Lucino davanti al MC DONALD

Percorso su sentiero nel bosco con dislivello di circa 250 m. - Km 5 - Durata circa 3 ore.

**Iscrizioni entro mercoledì 9**

#### **Sabato 12 Novembre ore 20.45**

##### **Auditorium Via Provinciale, 47 Tavernerio**

**Cammina Foreste Urbane** in collaborazione con il PLIS La Valle del torrente Cosia e con il patrocinio del Comune di Tavernerio presenta

**Una serata per conoscere la Valle del Cosia e la sua fauna** (in preparazione alla camminata del 19 Novembre)

a cura del Dott. Angelo Emilio Imberti e del Dott. Gianluigi Luraschi

**ingresso libero**

#### **Lunedì 14 Novembre**

##### **I Incontro: I Cammini**

ore 17 - sala centro civico Camnago Volta - Piazza Magnoni Como

I Cammini sono una forma di viaggio lento che permettono di conoscere meglio se stessi e di conoscere le persone e "il mondo" che ci circonda.

Sono esperienze particolari, fuori dal comune.

Vi proponiamo alcuni incontri con camminatori e camminatrici che racconteranno le proprie esperienze.

**Giuliano Borsetto**

## **Perchè intraprendere un Cammino // Come organizzo il mio Cammino**

Giuliano Borsetto ha percorso negli ultimi anni diversi cammini in completa autonomia

### **Venerdì 18 Novembre**

#### **Caslino al Piano e i boschi del Lura**

**Ritrovo ore 14.00 parcheggio del Laghetto Pasquè, località Caslino al Piano – Cadorago**

Vicino alla stazione ferroviaria di Caslino al Piano. Percorso facile, quasi completamente pianeggiante - km 9 - Durata circa 3 ore.

**Iscrizioni entro mercoledì 16**

### **Sabato 19 Novembre**

**Cammina foreste Urbane** in collaborazione con il PLIS La Valle del torrente Cosia e con il patrocinio del Comune di Tavernerio

**La valle del torrente Cosia accompagnati da Silvia Fasana e Franca Ronchetti**  
**ritrovo ore 9.30 Piazza Don Angelo Benzoni Tavernerio**

Visiteremo San Fereolo , le sponde del Cosia , la chiesetta di San Francesco in Ravanera, Campora, Camnago Volta, la vecchia via del tram, Ponte dei Bottini Solzago, Tavernerio –

Km 7 su sentiero nel bosco e strada asfaltata - durata h 3

**iscrizioni entro mercoledì 16**

### **Mercoledì 23 Novembre**

**Rifugio Venini e le trincee (da definire)**

**Ritrovo ore 9 Parcheggio comunale di Tavernola**

**- Ore 10.15 davanti al Rifugio Boffalora, (Alpe di Colunno, si raggiunge da Pigra)**

Percorso con una prima parte ripida ma poi con brevi saliscendi in sentiero battuto.

Pranzo al sacco

**Iscrizioni entro Lunedì 21**

### **Giovedì 24 Novembre**

**Visita guidata alla mostra Miniartextil 2022**

**Ritrovo ore 15,30 Biglietteria Villa Olmo Via Cantoni Como**

Contributo € 8 o € 10 a secondo del numero dei partecipanti, comprensivo del biglietto d'ingresso e del costo per la guida

**Iscrizioni entro Lunedì 21**

### **Venerdì 25 Novembre**

**La vecchia cava di Camerlata e l'area archeologica della Spina Verde**

**Ritrovo ore 14 Piazza Camerlata Como (dove sostano i bus)**

**Contributo per la guida da determinare secondo il numero dei partecipanti**

Percorso su sentiero nel bosco dislivello m 200 - km 8

**Iscrizioni entro mercoledì 23**

### **Lunedì 28 Novembre**

**II incontro: I cammini**

ore 17 - sala centro civico Camnago Volta - Piazza Magnoni

**Fabio Corbani**

**Il mio cammino di Santiago di Compostela**

Fabio Corbani ha percorso diversi Cammini di Santiago.

- **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**