

WELLNESS WEEK

EVENTI IN ALTAVALMARECCHIA

19 - 28 MAGGIO 2017

settimana del benessere e dei sani stili di vita
"mettiamoci in tuta e scarpe da tennis"

CASTELDELCI sabato 20 | 5

3 GRUPPI DI CAMMINO adatti a tutti sul "sentiero di Dante".
Ritrovo alle **h 15.00** in loc Giardiniera di Casteldelci.
Ore 18.00 rientro e **convegno** "Benefici dell'attività motoria e del vivere in armonia con la natura".
Ore 20.00 convivio con **degustazione** dei prodotti tipici del territorio.

TALAMELLO domenica 21 | 5

"TALAMELLO SKYWALK" camminata - arrampicata sul monte Pincio su due percorsi differenziati per difficoltà.
Ore 08.30 ritrovo nella piazza di Talamello, al rientro rinfresco con prodotti tipici del territorio.

PERTICARA domenica 21 | 5

Per le giornate Fattorie aperte, l'Az. Agricola Cooperativa Alta Valmarecchia organizza **camminate guidate e illustrate sui "sentieri dei minatori"**.
Ore 09.00 ritrovo allo spaccio di Miniera di Peticara, al ritorno convivio con prodotti tipici locali.

NOVAFELTRIA sabato 27 | 5

Dimostrazione partecipativa e guidata di **FITBOXE** un mix di aerobica e arti marziali a ritmo di musica.
Piazza Roma dalle **h 16.00 alle h 19.00**

NOVAFELTRIA

Da Martedì 23 a Sabato 27 maggio:
"Piedibus" i bimbi vanno a scuola (programma concordato con la direzione scolastica).
Nei giardini pubblici comunali, **lezioni/dimostrazioni di pratiche e tecniche migliorative dello stato di salute e dello spirito:**
- martedì h 10.00 - 11.30 **YOGA** e dalle h 16.00 - 18.00 **MASSAGGIO SHIATSU**
- mercoledì h 16.00 - 18.00 **GINNASTICA DOLCE** e **QI-GONG "i sei suoni"**, dalle h 19.15 **DANZA DEL VENTRE**
- giovedì h 09.00 - 10.30 **YOGA** e h 17.00 - 18.30 **YOGA BIMBI**

NOVAFELTRIA domenica 28 | 5

Camminata panoramica con due percorsi differenziati per difficoltà;
Ore 8:30 ritrovo nella piazza di Novafeltria.
Percorso cicloturistico in MTB a cura della S.S. Valmaracing con due percorsi differenziati per difficoltà; **ore 8:30** ritrovo nella piazza di Novafeltria.
GIOCOSPORT per bambini, con gimcana in bici e altre iniziative ludico-sportive in collaborazione con società sportive, genitori e ACR.
Ore 9:30 ritrovo nella piazza di Novafeltria.

Dalle **h 12.00** nella piazza di Novafeltria stand, a cura della **Fondazione Valmarecchia** con prodotti del territorio, pane e spianate con farina di grani antichi.

MACIANO domenica 28 | 5

Maciano Team Runners ASD organizza una **camminata panoramica lungo la ciclabile del Marecchia**.
Ore 9:00 partenza dalla piazza di Maciano di Pennabilli, arrivo nella piazza di Novafeltria

PERTICARA domenica 28 | 5

L'Az. Agricola Cooperativa Alta Valmarecchia organizza **camminate guidate e illustrate sui "sentieri dei minatori"**.
Ore 09.00 ritrovo allo spaccio di Miniera di Peticara, al ritorno convivio con prodotti tipici locali.

PARCO DEL SASSO SIMONE E SIMONCELLO domenica 28 | 5

Per la **Giornata Europea dei Parchi 2017**, propone **3 percorsi differenziati di trekking e animazione** per scoprire il territorio e le sue bellezze;
Per ora e luoghi di partenza consultare il sito del Parco del Sasso Simone e Simoncello.
Pranzo sul Monte Carpegna a base di prodotti tipici locali.