

E... STATE IN ALTA VALSASSINA

EVENTI ESTATE 2020

Programma settimanale dal 18 al 26 luglio - prima parte

Sabato 18

Casargo Alpe di Paglio Ore 10:00 - 16:00

**Passeggiata guidata all'Alpe Dolcigo
"Geologia del Paesaggio" (*)**

Partecipazione gratuita

Max 15 persone, con iscrizione obbligatoria all'Info Point di Casargo.

Pranzo al sacco con degustazione compresa

TREKKING TRA LE CIME
INTERPRETAZIONE AMBIENTALE

Margno Pian delle Betulle ore 10.00 - 11.30 Il Respiro della Valle: Daoyng e Qigong

Margno Località Bagnala ore 17.30 - 19.30 Il Respiro della Valle: Meditazione in cammino da Margno a Bagnala

Lunedì 20

Margno Località Bagnala ore 9.30 - 10.30 Il Respiro della Valle: Movimento in salute

Casargo Narro ore 15.00 - 16.00 Il Respiro della Valle: Ascoltare e parlare con il bosco

Martedì 21

Margno Località Bagnala ore 8.00 Il Respiro della Valle: ritrovo Piazzale di Margno per Yoga Trekking - Anello del Monte Muggio con pranzo al sacco

Margno Pian delle Betulle ore 10.00 - 11.15 Il Respiro della Valle: Movimento in salute

Margno Pian delle Betulle ore 14.30 - 15.00 Il Respiro della Valle: partenza da Paglio - Ascoltare e parlare con il bosco

Casargo Parco delle Chiuse Ore 15:00 Laboratorio GIOCHI NEL CERCHIO organizzato dall'Oratorio

Margno Pian delle Betulle ore 15.00 - 17.00 Il Respiro della Valle: Yoga

Margno Pian delle Betulle ore 17.00 - 17.30 Il Respiro della Valle: Ascoltare e parlare con il bosco

Crandola ore 17.30 - 18.30 Il Respiro della Valle: Daoyng e Qigong

Mercoledì 22

Margno Località Bagnala ore 9.30 - 10.30 Il Respiro della Valle: Movimento in salute

Casargo ore 15.00 - 17.00 Il Respiro della Valle: Yoga

Casargo ore 18.00 - 19.30 Il Respiro della Valle: Cerchio di Meditazione e Mindfulness

Gli eventi contrassegnati con (*) sono organizzati dai Comuni di Casargo, Crandola Valsassina e Margno in collaborazione con le Pro Loco. Per i programmi vedere le locandine specifiche affisse presso gli Info Point di Casargo e Margno

Gli eventi possono subire modifiche di date o annullamenti, per maggiori dettagli contattare:

Montagne del Lago di Como

www.montagnelagodicomo.it - info@montagnelagodicomo.it

Tel. +39 0341802040 | +39 3475102227 | +39 3336906121



Facebook @altavalsassinaeventi

E... STATE IN ALTA VALSASSINA EVENTI ESTATE 2020

Programma settimanale dal 18 al 26 luglio - seconda parte

Giovedì 23

Crandola		ore 9.30 - 10.30	Il Respiro della Valle: Movimento in salute
Crandola	Parco giochi	ore 15:00	Laboratorio GIOCHIAMO CON LA LANA organizzato dall'Oratorio
Margno	Pian delle Betulle	ore 14.30 - 15.00	Il Respiro della Valle: partenza da Paglio - Ascoltare e parlare con il bosco
Margno	Pian delle Betulle	ore 15.00 - 17.00	Il Respiro della Valle: Yoga

TREKKING TRA LE CIME
INTERPRETAZIONE AMBIENTALE

Margno Pian delle Betulle ore 16.30 - 20.00

Passeggiata guidata al Pian delle Betulle
Percorso Alpe Paglio - Cima - Pian delle Betulle (*)
Partecipazione gratuita
Max 15 persone, con iscrizione obbligatoria all'Info Point di Casargo.
Mungitura con assaggio di formaggio tipico compreso

Margno	Pian delle Betulle	ore 17.00 - 17.30	Il Respiro della Valle: Ascoltare e parlare con il bosco
Casargo	Alpe Giumello	ore 15.30 - 17.00	Il Respiro della Valle: Respiro
Casargo		ore 17.30 - 18.30	Il Respiro della Valle: Soffio di Vento - Rilassamento in movimento
Crandola		ore 19.30 - 20.30	Il Respiro della Valle: Ginnastica bruciagrassi

Venerdì 24

Casargo Alpe di Paglio ore 15.00 - 16.00 Il Respiro della Valle: Ascoltare e parlare con il bosco

Margno Piazzale Municipio ore 21.00

Serata musicale "La Ripartenza"
con il complesso 50 Hertz (*)
Ingresso libero



Sabato 25

Casargo Palco manifestazioni ore 20.30

Spettacolo teatrale "Le donne e l'amore"
con il Gruppo Theatron (*)
Ingresso libero



Dal lunedì al venerdì dal 21 luglio al 21 agosto

Casargo Palco manifestazioni ore 09.30 - 10.30 Risveglio muscolare

Gli eventi contrassegnati con (*) sono organizzati dai Comuni di Casargo, Crandola Valsassina e Margno in collaborazione con le Pro Loco. Per i programmi vedere le locandine specifiche affisse presso gli Info Point di Casargo e Margno

Gli eventi possono subire modifiche di date o annullamenti, per maggiori dettagli contattare:

Montagne del Lago di Como

www.montagnelagodicomo.it - info@montagnelagodicomo.it

Tel. +39 0341802040 | +39 3475102227 | +39 3336906121



Facebook @altavalsassinaeventi