

E... STATE IN ALTA VALSASSINA

EVENTI ESTATE 2020

Programma settimanale dal 2 al 9 agosto - prima parte

Domenica 2

Crandola Larice Bruciato ore 15:00



Festa del Larice Bruciato (*)

Santa Messa a suffragio dei Caduti e Combattenti della Guerra del 1940 - 1945

Lunedì 3

- | | | | |
|----------------|------------------|-------------------|--|
| Margno | Località Bagnala | ore 09.30 - 10.30 | Il Respiro della Valle: Movimento in salute |
| Casargo | Alpe Giumello | ore 09.30 - 10.30 | Il Respiro della Valle: Ginnastica vertebrale |
| Casargo | Narro | ore 15.00 - 16.00 | Il Respiro della Valle: Ascoltare e parlare con il bosco |
| Casargo | Alpe Giumello | ore 18.00 - 19.00 | Il Respiro della Valle: Movimento bioenergetico |
| Casargo | | ore 18.30 - 19.30 | Il Respiro della Valle: Burning Dance - Zumba Inspired |

Casargo Piazza Casargo ore 21:00

Amis de l'Osteria (*)

Canzoni in dialetto Milanese e tanta allegria. Ingresso libero



Martedì 4

- | | | | |
|-----------------|--------------------|-------------------|--|
| Margno | | ore 08.00 | Il Respiro della Valle: ritrovo Piazzale di Margno per Yoga Trekking - Paglio, Larice Bruciato, Rif. Ombrega (pranzo al sacco) |
| Margno | Pian delle Betulle | ore 10.00 - 11.15 | Il Respiro della Valle: Movimento in salute |
| Crandola | | ore 17.30 - 18.30 | Il Respiro della Valle: Daoyng e Qigong |
| 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 |
| Margno | Pian delle Betulle | ore 17.00 - 17.30 | Il Respiro della Valle: Ascoltare e parlare con il bosco |
| Casargo | | ore 17.00 - 18.00 | Il Respiro della Valle: Ginnastica vertebrale |
| Casargo | | ore 18.00 - 19.00 | Il Respiro della Valle: Movimento bioenergetico |

Margno Piazzale Funivia ore 21:00



Serata musicale con Area Vasco (*)

Tributo a Vasco e altri cantautori italiani
Ingresso libero

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 2 al 9 agosto - seconda parte

Mercoledì 5

Margno	Località Bagnala	ore 09.30 - 10.30	Il Respiro della Valle: Movimento in salute
Casargo		ore 15.00 - 17.00	Il Respiro della Valle: Yoga
Margno	Pian delle Betulle	ore 17.00 - 18.00	Il Respiro della Valle: Ginnastica dolce
Crandola		ore 17.30 - 18.30	Il Respiro della Valle: Respiro
Casargo	Alpe di Paglio	ore 18.00 - 19.15	Il Respiro della Valle: Yoga Anukalana
Casargo	Alpe Giumello	ore 18.00 - 19.30	Il Respiro della Valle: Cerchio di Meditazione e Mindfulness

Casargo Indovero ore 21.00

“E se avessi preso il Coronavirus?”

Commedia brillante con il gruppo Theatron (*)

Presso l’oratorio/biblioteca. Ingresso libero.



Giovedì 6

Crandola		ore 09.30 - 10.30	Il Respiro della Valle: Movimento in salute
Casargo	Alpe Giumello	ore 09.30 - 10.30	Il Respiro della Valle: Ginnastica vertebrale
Margno	Pian delle Betulle	ore 16.00 - 17.30	Il Respiro della Valle: Yoga per adulti e Happyoga per bambini
Margno	Località Bagnala	ore 16.00 - 18.00	Il Respiro della Valle: Laboratorio di NaturArt e Yoga in spagnolo
Casargo	Narro	ore 17.30 - 18.30	Il Respiro della Valle: Soffio di Vento - Rilassamento in Movimento
Casargo	Alpe Giumello	ore 18.00 - 19.00	Il Respiro della Valle: Movimento Bioenergetico
Crandola		ore 19.30 - 20.30	Il Respiro della Valle: Ginnastica Bruciagrassi

Margno Piazzale Municipio ore 10.00

Passeggiata guidata Margno - Alpe Piazza - Crandola (*)

Partecipazione gratuita

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

Pranzo al sacco. Rientro in giornata

TREKKING TRA LE CIME
INTERPRETAZIONE AMBIENTALE

Venerdì 7

Casargo	Alpe di Paglio	ore 15.00 - 16.00	Il Respiro della Valle: Ascoltare e parlare con il bosco
Casargo		ore 17.00 - 18.00	Il Respiro della Valle: Ginnastica Vertebrale
Casargo		ore 18.00 - 19.00	Il Respiro della Valle: Movimento Bioenergetico

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 2 al 9 agosto - terza parte

Venerdì 7

Margno Località Bagnala ore 18.00 - 19.15 Il Respiro della Valle: Yoga Anukalana

Casargo Narro ore 21.00



Cinema all'aperto "Tarzan" (*)
Presso il parco giochi di Narro
Ingresso libero

Sabato 8

Casargo Palco manifestazioni ore 10.00

Lavorazione di sculture di legno (*)
Ingresso libero



Margno Piazzale Funivia ore 21.00



Serata musicale con Rosolino (*)
Ingresso libero

Domenica 9

Margno Pian delle Betulle ore 10.00

Lavorazione di sculture di legno (*)
Ingresso libero



Dal lunedì al venerdì dal 21 luglio al 21 agosto

Casargo Palco manifestazioni ore 09.30 - 10.30 Risveglio muscolare

Tutti i martedì e giovedì dal 4 al 20 agosto

Casargo Palco manifestazioni ore 10.45 - 11.45 GAG gambe addome e glutei

Dal 30 luglio al 17 settembre

Casargo Vari luoghi Mostra itinerante "Casargo e le frazioni: due passi nel passato"

Tutti i giorni nel mese di agosto

Margno Ex scuole ore 15.00 - 19:30 Mostra fotografica "Margno, 200 anni di storia"

Tutti i sabati e le domeniche di agosto

Margno Vecchia casa Rattini ore 15.00 - 19:30 Visita guidata museo storico "Memoria del Contadino" in via Manzoni, 3

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