

E... STATE IN ALTA VALSASSINA EVENTI ESTATE 2020

Programma settimanale dal 10 al 16 agosto - prima parte



Lunedì 10

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
Margno	Località Bagnala	ore 18.30 - 19.30	Il Respiro della Valle: Burning Dance - Zumba Inspired
Casargo	Indovero	ore 18.15	Itinerario nella vigna. Aperitivo in vigna con accompagnamento musicale, organizzato dall'associazione Le Nostre Radici. Aperitivo a pagamento.

Casargo	Alpe di Paglio	ore 20:30	A caccia di stelle cadenti (*) Serata con esperti astrofili Partecipazione libera
----------------	----------------	-----------	--



Martedì 11

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
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	Alpe di Paglio	ore 16.30 - 18.00	Il Respiro della Valle: Respiro

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 10 al 16 agosto - seconda parte

Martedì 11

Casargo		ore 17.00 - 18.00	Il Respiro della Valle: Ginnastica vertebrale
Crandola		ore 17.30 - 18.30	Il Respiro della Valle: Dao yng e Qigong
Casargo		ore 18.00 - 19.00	Il Respiro della Valle: Movimento bioenergetico
Casargo	Alpe Giumello	ore 18.00 - 19.15	Il Respiro della Valle: Yoga Anukalana
Casargo	Indovero	ore 21.00	Lo scrittore Andrea Vitali presenta il suo nuovo libro. Serata organizzata dall'associazione Le Nostre Radici presso l'oratorio

Mercoledì 12

Margno	Centro storico	ore 10.00 - 18.00	Mercatini hobbistici per le vie del paese, organizzati dalla Pro Loco
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
Casargo	Alpe di Paglio	ore 17.00 - 18.00	Il Respiro della Valle: Ginnastica dolce
Margno	Località Bagnala	ore 17.00 - 18.30	Il Respiro della Valle: Dao yng e Qigong
Casargo	Alpe di Paglio	ore 18.00 - 19.30	Il Respiro della Valle: Cerchio di Meditazione e Mindfulness
Casargo	Indovero	ore 21.00	Lo scrittore Marco Sampietro presenta "Mermorie Manzoni in Valsassina". Serata organizzata dall'associazione Le Nostre Radici presso l'oratorio

Giovedì 13

Casargo Alpe di Paglio ore 09.30 - 17.00

Passeggiata guidata Paglio - Ombrega (*)

Partecipazione gratuita

Max 15 persone, con iscrizione obbligatoria all'Info Point di Casargo.
Degustazione prodotti Alpe Dolcigo. Pranzo al sacco o al Rifugio Ombrega € 8.

TREKKING TRA LE CIME
INTERPRETAZIONE AMBIENTALE

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 14.30 - 15.00	Il Respiro della Valle: Ascoltare e parlare con il bosco. Partenza da Paglio
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.

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 10 al 16 agosto - terza parte

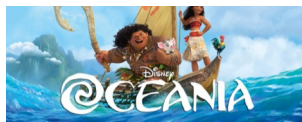
Giovedì 13

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

Venerdì 14

Casargo	Via Italia	ore 08.30 - 18.30	Mercatino dell'artigianato organizzato dal Comune e dalla Pro Loco
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

Crandola ore 21.00



Cinema all'aperto "Oceania" (*)
Presso il parco giochi di Crandola
Ingresso libero

Sabato 16

Margno Piazzale Funivia ore 21.00 **Serata musicale con Gian Spada (*)**
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