

2019



UISP
sportpertutti

Comitato di Reggio Emilia
Escursionismo e tempo libero

Programma escursioni
e attività in ambiente

CALENDARIO MONTAGNA

TUTTE LE INIZIATIVE SONO RIVOLTE AI SOCI



Maverick

Food & People Pub

www.maverickpub.it



*Maverick è
Sky Bar*

*Organizziamo Catering
e Banqueting*

*Consegnamo in tutto
l'appennino reggiano*

Viale E. Bagnoli 83, Castelnovo nè Monti (Reggio Emilia)

TEL 339 4121101 - EMAIL info@maverickpub.it

Per partecipare è necessario essere soci UISP e possedere la tessera valida per l'anno sportivo 2018/19 (in vigore dal 1 settembre al 31 agosto). La tessera costa €10,00 e viene rilasciata dal Comitato di Reggio Emilia e dalle associazioni sportive affiliate.

Per partecipare alle uscite organizzate dal GRUPPO ESCURSIONISTI MONTAGNA occorre prenotare telefonando al 0522 267211 e saldare entro il mercoledì precedente all'uscita. Per le attività organizzate dalle associazioni sportive affiliate, fare riferimento ai contatti riportati di seguito.



A.S.D PASSI DA GIGANTE

Via della Canaletta, 3 - Villa Minozzo, Reggio Emilia
Tel. Chiara 333 9874013 - Alessandro 340 2279205
info@passidagigante.it - www.passidagigante.it



ASD LE LIBELLEULE & ORIZZONTI IN CAMMINO

Via Croci, 8 - Cella, Reggio Emilia
Daniela tel. e WA: 339 5322488 - daniela.friggeri@alice.it
FB: libellule asd/orizzonti in cammino



GRUPPO ESCURSIONISTI MONTAGNA

Via Tamburini, 5 - Reggio Emilia
Tel. 0522 267211 - Loris Bonacini 366 4587053
legamontagna@uispre.it - www.uisp.it/reggioemilia



ASD ALTRI PASSI

Tel. Omar Belloni 328 7412214 - senzaconfine77@yahoo.it
Tel. Giovanni Costi 339 1614160 - Purokashiri@gmail.com
Fb/ Altri PASSI - www.altripassi.org



SCOPRI
I VANTAGGI
PER I SOCI UISP
E TUTTE LE
INIZIATIVE
PROMOSSE
DAL COMITATO
SUL SITO
www.uisp.it/reggioemilia

UISP - Comitato di Reggio Emilia:

Via Tamburini 5 | Reggio Emilia
Orari: dal lunedì al venerdì
8:30 - 13:00 | 15:00 - 18:30
Sabato 9:00 - 12:30
Chiuso mercoledì mattina.
Tel. 0522 267211
www.uisp.it/reggioemilia

FOTO DI ANGELO BARIANI

lafotolito
digitalprint 



BIANCO e NERO

01



COLORI

02



PROMOZIONALI

03

POSTER
PANNELLI
PVC

04

EDIZIONI RECOS

05



STUDIO GRAFICO

06

STAMPADIGITALE

RECOS srl - Via Romana, 42 - 42028 Poviglio - RE - Tel. 0522.966349 - info@lafotolito.eu

LEGENDA DEI GRADI DI DIFFICOLTÀ DEI PERCORSI PROPOSTI

T

PERCORSO TURISTICO

Facile, su comodi sentieri o stradine con 2/3 h di percorrenza e dislivello 500-600 m.

E

PERCORSO ESCURSIONISTICO

Medio, su sentieri più o meno segnalati con 5/6 h di percorrenza e dislivello 600-1000 m.

EE

PERCORSO ESCURSIONISTICO PER ESPERTI

Difficile su terreno impegnativo con 7/8 h o più con dislivello di 1000-1200 m o più.

CT

FACILE PEDALATA CICLOTURISTICA

Piste ciclabili con percorsi pianeggianti





 **UISP**

sportpertutti

Comitato di Reggio Emilia

**SOGGIORNI
AVVENTURA**
vacanze estive bambini e ragazzi

GREEN SPORT BUSANATREK

(13-16 anni)

Sette giorni di giochi e sport
in natura con un trekking di
due giorni (un pernottamento
in tenda e uno in rifugio)!

GREEN SPORT BUSANA (7-12 anni)

Una settimana di escursioni, torrentismo, giochi e sport in
ambiente ospitati dall'albergo "Il Castagno"

**SPORT E DIVERTIMENTO
NEL PARCO NAZIONALE DELL'APPENNINO
TOSCO-EMILIANO
PER UN'ESTATE INDIMENTICABILE!**

Turni di una settimana dal 29 giugno al 3 agosto 2019

Info e iscrizioni: UISP REGGIO EMILIA progettieducativi@uispre.it | tel. 0522 267214 - 228 | www.uisp.it/reggioemilia



GENNAIO

| QUANDO | COSA | DOVE | LIVELLO |
|--------|---|------------------------|---------|
| SAB 05 | La befana vien di notte (notturna) | Febbio | T |
| DOM 06 | Passo di Pradarena | Passo di Pradarena | T |
| SAB 12 | Sabato del viandante e cammini d'inverno: Giandeto e dintorni | Casina | T |
| DOM 13 | Ciaspolata al Ventasso | Lago Calamone Ramiseto | T |
| SAB 19 | Lunata del nuovo anno (notturna) | Febbio | T |
| DOM 20 | Ciaspolare in Appennino: tour ad anello nei laghi cerretani | Passo del Cerreto | E |
| DOM 20 | Presentazione programma escursionistico 2019 | Circolo ARCI Coviolo | E |
| DOM 27 | Crinale in ciaspole | Febbio | E |





FEBBRAIO

| QUANDO | COSA | DOVE | LIVELLO |
|--------|---|------------------------------|---------|
| DOM 03 | Ciaspolata diurna ai Prati di Sara | Monteorsaro di Villa Minozzo | T |
| SAB 09 | Ululando alla luna con Canis Lupus Italia (notturna) | Febbio | T |
| SAB 09 | Sabato del viandante e cammini d'inverno: Barazzone e dintorni Casina | | T |
| DOM 10 | Ciaspolata alle Fonti di S. Lucia | Cervarezza | E |
| SAB 16 | Lunata di Civago (notturna) | Civago di Villa Minozzo | T |
| DOM 17 | Ciaspolare in Appennino: divagazioni fra "00" e Cavalbianco | Ligonchio | E |
| DOM 24 | Crinale in ciaspole | Febbio | E |
| DOM 24 | Ciaspolata sui Monti Lessini | Monti Lessini - Verona | E |





MARZO

| QUANDO | COSA | DOVE | LIVELLO |
|--------|---|-------------------------------|---------|
| SAB 02 | Sabato del viandante e cammini d'inverno: Montalto e dintorni | Vezzano sul Crostolo | T |
| SAB 02 | La luna nera (notturna) | Monteorsaro | T |
| DOM 03 | Cà del Vento (mezza giornata) | Borzano di Albinea | T |
| DOM 03 | Ciaspolare in Appennino: Febbio e Pianvallese | Villa Minozzo | E |
| SAB 09 | Stellata di Civago (notturna) | Civago di Villa Minozzo | T |
| DOM 10 | Isola Palmaria per la giornata della donna | La Spezia | T |
| DOM 10 | Ciaspolata al Ventasso | Lago Calamone Ramiseto | T |
| SAB 16 | Sabato del viandante e cammini d'inverno: Migliara, Beleo e dint. | Casina | T |
| SAB 16 | Tramonto dal Passo di Pradarena (notturna) | Passo di Pradarena - Ventasso | T |
| DOM 17 | Le Valli di Novellara (mezza giornata) | Novellara | T |
| SAB 23 | Lunata di Monteorsaro | Monteorsaro | T |
| DOM 24 | Val Trebbia | Bobbio - Piacenza | T |

benessere
 riposo
 dormire
 tranquillità
 vigore
 passione
 postura
 materassi
cuscini
sistemi
 sognare
 passione
per il riposo
 vigore
 qualità
 energia
 reti
 materassi
 sognare
 cuscini
materassi
 passione
 qualità
 dormire
 reti
 benessere
 vigore
reti



TESSIL
BED

MADE IN ITALY

TESSILBED • Quattro Castella - Via G. di Vittorio, 4 Puianello - RE - Cell. 324.9092669 - info@tessilbed.it



APRILE

| QUANDO | COSA | DOVE | LIVELLO |
|--------|---|-------------------------------|---------|
| DOM 07 | Sul sentiero Matilde verso la Val D'Asta | Toano | T |
| DOM 07 | Anello di Monte Stagno | Lago di Suviana - Bologna | T |
| DOM 14 | Risveglio di primavera: di borgo in borgo alla Pieve di Sasso | Neviano degli Arduini - Parma | T |
| DOM 14 | Casalmaggiore-Motta Baluffi (cicloturismo) | Cremona | CT |
| SAB 20 | Lunata di Pietra (notturna) | Castelnovo nè Monti | T |
| DOM 28 | Sentieri partigiani del Monte Baldo | San Zeno - Verona | E |





MAGGIO

| QUANDO | COSA | DOVE | LIVELLO |
|-----------------------------|--|------------------------------|---------|
| DOM 05 | Escursione delle orchidee | Casina | T |
| DOM 12 | Risveglio di Primavera: sotto la Pietra tra misteri e antiche sorgenti | Castelnovo ne' Monti | E |
| DOM 12 | La via Francigena in Lunigiana | Pontremoli - Massa Carrara | E |
| SAB 18 | Ecolunata al mare dell'isola di Palmaria | Porto Venere - La Spezia | T |
| SAB 18 | Lunata al Monte Prampa (notturna) | Monteorsaro | T |
| SAB 18 | Luna piena ai castelli | Canossa | T |
| SAB 18 | Dogtrekking al Monte Ventasso | Ventasso | E |
| da GIO 23 a DOM 26 | dal 23 al Toscana Etrusca, Orbetello e la Maremma | Orbetello - Grosseto Toscana | E |
| SAB 25 | Risveglio di Primavera: sul grande Fiume, l'Isola degli internati | Gualtieri | T |



GIUGNO

| QUANDO | COSA | DOVE | LIVELLO |
|-----------------------------|---|-------------------|---------|
| DOM 02 | Camminata non competitiva Monte Prampa Trail | Villa Minozzo | T |
| DOM 02 | Camminata enogastronomica dei Colli Matildici | Montecavolo | |
| DOM 09 | Vignola e la Valle del Panaro (cicloturismo) | Modena | CT |
| SAB 15 | Lunata al Monte Cisa (notturna) | Monteorsaro | T |
| DOM 16 | Con l'Appennino nel cuore: scampoli di Garfagnana | Fivizzano MS | E |
| da DOM 23 a SAB 29 | Settimana verde nelle Dolomiti | Luogo da definire | E |
| DOM 30 | Con l'Appennino nel cuore: Val d'Asta, Vallestrina e Ravino | Villa Minozzo | T |



EQUIPE
SPORTIVA

 **UISP**
sportpertutti
Comitato di Reggio Emilia

PASSIONE PER LO SPORT E TANTA PROFESSIONALITÀ

Da oltre 25 anni il nostro obiettivo è rimasto lo stesso: offrire a tutti la possibilità di fare sport per godere dei benefici fisici, sociali e culturali che ne derivano, mettendo a disposizione professionalità, passione e competenza.

NUOTO • FITNESS • DANZA
ARTI MARZIALI • CAMPI GIOCO
SETTORE AGONISTICO

WWW.EQUIPESPORTIVA.IT





LUGLIO

| QUANDO | COSA | DOVE | LIVELLO |
|--------|---|--------------------------|---------|
| SAB 06 | Camminata sotto le stelle (notturna) | San Polo d'Enza | T |
| DOM 07 | Con l'Appennino nel cuore: tra Lagastrello e Monte Acuto | Ramiseto | E |
| VEN 12 | Cena solidale | Luogo da definire | T |
| SAB 13 | Aperitivo al tramonto sulla croce del Cusna con luna piena | Febbio | T |
| SAB 13 | Luna piena sui calanchi | Vezzano sul Crostolo | T |
| DOM 14 | Trekking sul Monte Casarola | Succiso | E |
| SAB 20 | Pedalata sotto le stelle Reggio-Vezzano | Vezzano sul Crostolo | CT |
| DOM 21 | Con l'Appennino nel cuore: Passo del Cerreto, Sentieri Sassalbini | Sassalbo - Massa Carrara | E |
| SAB 27 | Camminata sotto le stelle (notturna) | Giandeto | T |





AGOSTO

| QUANDO | COSA | DOVE | LIVELLO |
|-----------------------|--|--------------------|---------|
| DOM 04 | Con l'Appennino nel cuore: la Val d'Ozola e la Faggeta | Ligonchio | E |
| SAB 10 | Una stella cadente! Esprimi un desiderio (notturna) | Villa Minozzo | T |
| DOM 11 | Sagra del Tiroto Sermide-Felonica (cicloturismo) | Mantova | CT |
| SAB 17 | Aperitivo al tramonto sulla croce del Cusna | Febbio | T |
| SAB 24 e DOM 25 | Con l'Appennino nel cuore: dalle radici al Lago Santo | Appennino Modenese | E |





SETTEMBRE

| QUANDO | COSA | DOVE | LIVELLO |
|---------------|---|-------------------------|-----------|
| DOM 08 | XV Mangialonga della Valle del Dolo | Civago di Villa Minozzo | T |
| SAB 14 | Lunata di Settembre (notturna) | Luogo da definire | T |
| DOM 15 | Pizzighettone, città murata Parco Adda (cicloturismo) | Cremona | CT |
| SAB 21 | Anello di Vologno e Pianello di Secchia | Castelnovo nè Monti | T |
| DOM 29 | Le trincee del Monte Creino in Val Gresta | Chienis - Trento | E |





RUNNING PARK liberi di correre

alla scoperta dell'Appennino Reggiano

NATURA, STORIA, TRADIZIONE, MISTERO

**CENTINAIA
DI KM TRACCIATI**



**PER PODISTI E TRAIL RUNNERS
DI TUTTI I LIVELLI**



**TOUR PODISTICI CON
ACCOMPAGNATORE**



Tutte le informazioni, i percorsi e gli eventi li trovi sul sito:

WWW.RUNNINGPARK.IT

www.uisp.it/reggioemilia




OTTOBRE

| QUANDO | COSA | DOVE | LIVELLO |
|--------|---|-------------------|---------|
| DOM 06 | Dogtrekking a Bergogno | Bergogno | T |
| SAB 12 | Lunata d'autunno (notturna) | Luogo da definire | T |
| DOM 13 | Le castagne di Badia Moscheta | Fiorenzuola FI | T |
| DOM 13 | Da Civago a Fontanaluccia. | Civago | E |
| SAB 26 | Foliage nel biellese Oasi di Zegna-riserva Oropa | Oropa - Biella | E |
| DOM 27 | | | |
| SAB 26 | Cammino tra i boschi e i castagneti sotto il Monte Tesa | Canossa | T |
| DOM 27 | Spritz & Trek | Villa Minozzo | T |



TRE CALENDARI PER UN ANNO DI ATTIVITA' IN NATURA!



Tutto il
programma delle
attività podistiche,
ciclistiche e delle
escursioni da gennaio
a dicembre
2019!

PRENDI LE TUE COPIE
CARTACEE IN COMITATO O SCARICALI
ONLINE SU: www.uisp.it/reggioemilia





NOVEMBRE

| QUANDO | COSA | DOVE | LIVELLO |
|--------|---|---------------------|---------|
| SAB 09 | Lunata di Novembre (notturna) | Luogo da definire | T |
| DOM 10 | Tempo di passeggiate nei monti: il Penna | Villa Minozzo | E |
| DOM 10 | Trekking in città "Ravenna Bizantina" | Ravenna | T |
| DOM 17 | Tempo del raccolto, castagneti e sentieri dimenticati | Castelnovo nè monti | E |
| DOM 24 | Pranzo sociale | Luogo da definire | |





DICEMBRE

| QUANDO | COSA | DOVE | LIVELLO |
|--------|---|-----------------------------|---------|
| DOM 01 | Un salto al mare! | Spezia | E |
| SAB 14 | Lunata medioevale al Castello di Carpineti (notturna) | Carpineti | T |
| SAB 14 | Un salto nella bassa! | Novellara | T |
| GIO 26 | Pradarena in ciaspole | Passo di Pradarena Ventasso | T |
| MAR 31 | Capodanno sotto il Gigante (notturna) | Febbio | T |



Amiamo la
Lavoriamo con la **MONTAGNA**

REGGIO GAS
VERDE & BLU



TREKKING
ALPINISMO
AVVENTURA
SCI ALPINISMO
SCI DA FONDO

VIA CECATI, 3/1
REGGIO EMILIA
TEL. E FAX 0522.431875
INFO@REGGIOGAS.IT
WWW.REGGIOGAS.IT

Freschi e Naturali

 Nonna
LEA

il sapore della tradizione

