



L'Associazione culturale

monti del tezio

organizza
il

7°

FESTIVAL *del* CAMMINARE



In collaborazione
con:



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Perugia

E con il patrocinio di:



Regione
Umbria



Provincia
di Perugia



Comune
di Perugia



Azienda
Sanitaria
Locale n.2
dell'Umbria



Soprintendenza per
i beni architettonici
e paesaggistici
dell'Umbria



MINISTERO
PER I BENI E
LE ATTIVITÀ
CULTURALI

Colle Umberto I - Perugia
Nei giorni

7-8-9
settembre
2012

parleremo
e non solo di:
Passeggiate
Escursioni
Nordic Walking
fotografia
e quant'altro
ci avvicina
alla natura

Perché "Festival del camminare"

L'avventura del girovagare tra sentieri e paesaggi. Il lento viaggio alla scoperta di scorci e panorami ma anche emozioni da condividere con altri perché il desiderio di conoscere ed incontrarsi è comune a tutti coloro che amano le escursioni. Camminare è un'azione lenta, che permette di osservare ed apprezzare anche le piccole cose: un fiore nuovo, un insetto, un colore, che stupiranno.

Camminare è un'azione ritmica, silenziosa che consente di sentire il proprio corpo, stimola la riflessione e dona una pace interiore.

Camminare contribuisce a dare un senso di grande libertà perché praticamente possiamo andare ovunque. Camminare è una scelta di vita che rende possibile l'equilibrio tra uomo e natura.

Camminare in gruppo è bello perché si conosce gente nuova, si comunicano esperienze, approfondendo la conoscenza degli altri e di noi stessi.

Camminare da soli fa scoprire la bellezza del silenzio, dell'ascoltare il proprio passo, il proprio respiro, i suoni della natura.

Il festival vuole essere un'occasione per la diffusione dell'attività fisica e pratica sportiva, ma anche l'opportunità per la promozione del territorio e della sua valorizzazione perché possiede un fascino particolare, caratterizzato da emozionanti paesaggi in cui è possibile incontrare castellieri protostorici, tombe etrusche, ruderi di castelli, acquedotti, antiche neviere, ma anche l'antico paesaggio agrario fatto di case coloniche, strade carrarecce, muri a secco. Il tutto integrato in una felice armonia che vale la pena scoprire.

Le passeggiate lungo i sentieri salvaguardati dall'Associazione Monti del Tezio, daranno la possibilità all'escursionista di vivere la natura.



L'Associazione Culturale Monti del Tezio, fondata nel 1999, si propone di svolgere la propria attività nel campo culturale - ricreativo e soprattutto di valorizzare il territorio in cui opera, cercando di diffondere tra gli associati l'educazione e la tutela ambientale nonché di promuovere ed incentivare il ripristino delle tradizioni popolari.

Pertanto sono compiti dell'Associazione organizzare iniziative, servizi, attività culturali e ricreative atte a soddisfare il desiderio di conoscenza dei Soci, escludendo ogni fine di lucro, favorire l'espansione di attività culturali, ricreative e di forme consortili tra circoli ed altre organizzazioni del territorio, avanzare proposte agli enti pubblici, partecipando attivamente alle forme decentrate di gestione democratica del potere locale.

Monti del Tezio

ASSOCIAZIONE CULTURALE

Via Osteria del Colle - Colle Umberto I - 06133 Perugia

Tel.: 335.6726766 - 346.4166065

www.montideltezio.it

info@montideltezio.it

Social network: www.montetezio.ning.com

<http://www.facebook.com/pages/Associazione-Culturale-Monti-del-Tezio/162702813805922>

CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Perugia



La Sezione del Club Alpino Italiano di Perugia nasce nel 1875 – tra le prime in Italia Centrale - ad opera del Prof. Giuseppe Bellucci. Dopo più di 130 anni le attività organizzate sono molteplici. Oltre l'escursionismo, attività principale, anche l'alpinismo, la speleologia, il torrentismo, lo sci alpinismo e lo sci escursionismo, l'alpinismo giovanile e la MTB consentono a migliaia di appassionati durante tutto il corso dell'anno - di scoprire e fruire in tutta sicurezza i vari ambienti della montagna.

CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Perugia

Via della Gabbia, 9 - 06123 Perugia

tel.: 075.5730334

www.caiperugia.it

amicocai@yaoo.it

posta@caiperugia.it

programma generale

venerdì 7 settembre

Mattina

dalle ore 10,00

Segreteria del Festival

Accoglienza partecipanti e sistemazione espositori

Pomeriggio

ore 17,00

Ristorante FAINA - Mantignana

Come nasce uno scarpone

intervento di esperti della Ditta AKU, leader del settore

Tecniche del "camminare"

con un esperto di Nordik Walking ed un esperto di "trekking europeo ed extra-europeo"

Salute nel "camminare"

con un esperto in Promozione della Salute

L'intervallo tra i vari interventi, sarà allietato dalle "Divagazioni poetico/umoristiche sul tema" di Giampiero Mirabassi

ore 20,30

Cena di benvenuto

Durante la cena verranno proiettati film documentari e/o diapositive tematiche sul territorio di Monte Tezio.

sabato 8 settembre

Mattina

ore 8,30

Ritrovo presso la Segreteria del Festival

Escursione "leggera"

Le Nevie con sosta all'Info-point

Escursione "classica"

Pantano-Tomba del Faggeto-Bisciaro-Torre Gualterotta-Pantano

Escursione "culturale" CamminaAscoltaRacconta

Breve escursione alla Tomba del Faggeto in compagnia di una facilitatrice narrativa

Partecipazione a numero chiuso (10/15 persone)

ore 10,00

Apertura stands

Degustazione prodotti tipici locali dell'Azienda Agraria PUCCIARELLA

ore 10,30

Visita guidata al Museo Laboratorio Tessitura a Mano G. Brozzetti - PG (vedi scheda Prenotazione alberghiera)

Pranzo libero

Pomeriggio

ore 15,30

Ritrovo presso la Segreteria del Festival
partenza per la **visita guidata alla Villa del Cardinale**

ore 18,00

Sala Riunioni del Festival

Mario Rigoni Stern

"Uomo e scrittore di montagna"

*Parlando di un "uomo" con amici ed estimatori
del grande scrittore*

**A seguire degustazione prodotti tipici locali
presso l'Azienda Agraria Carlo e Marco CARINI**

ore 20,00

Chiusura stands

domenica 9 settembre

Mattina

ore 8,30

Ritrovo presso la Segreteria del Festival

Escursione "leggera"

*L'Acquedotto medioevale di Perugia con visita
guidata al Museo delle Acque ed al Conservone
medioevale di Monte Pacciano*

Escursione "classica"

*Parcheggio MT-Sentiero n.3-Parete Bellucci-
Croce della Pieve-Tiglio gigante-Neviere-cima
del monte-ritorno con ristoro all'Info-point*

**Escursione "culturale" Partenza per la
CamminaAscoltaRacconta**

*Breve escursione all'Acquedotto medioevale di
Perugia in compagnia di una facilitatrice narrativa.
Partecipazione a numero chiuso (10/15 persone)*

ore 10,00

Apertura stands

**Degustazione prodotti tipici locali dell'Azienda
Agraria PUCCIARELLA**

ore 10,30

Visita guidata al Museo Laboratorio Tessitura a Mano
G. Brozzetti - PG (vedi scheda Prenotazione alberghiera)

Pranzo libero

Pomeriggio

ore 15,00

Visita all'Agriturismo L'Agrisolana

*dove i proprietari daranno una dimostrazione su
come viene prodotto il loro formaggio.*

A seguire degustazione prodotti tipici locali

ore 18,00

Commiato

Espositori e Sostenitori



**BANCA DI
MANTIGNANA**



CREDITO COOPERATIVO UMBRO

AMORINI

(AKU)

trekking & outdoor footwear



PUCCIARELLA

Loc. Villa di Magione - 06063 MAGIONE



**AZIENDA AGRARIA
CARLO E MARCO CARINI**

**Strada del Tegolaro - Fraz. Canneto
06133 Colle Umberto - Perugia
tel. 075.5829103**



**Via Pietro Soriano, 41 - 06129 Perugia - Tel. 075 5051244
www.tipografia-grifo.com**

BEVILACQUA AUTONOLEGGI



**Via T. Campanella, 26
06073 Capocavallo di Corciano (PG)
Tel. 075.5843006
fax 075.3746034**



Hotel FAINA
06073 CAPOCAVALLO di Corciano
Perugia
Tel. 075.605685 - 6059143
fax 075.6059501

AZIENDA AGRICOLA E CASEIFICIO



SOTGIA

PRODUZIONE
PROPRIA
DI FORMAGGIO
NOSTRANO
DI PURO LATTE
DI PECORA
Magione (PG)

Str. La Contessa - loc. Colle Umberto I -
075.8409359



Agriturismo
AGRISOLANA
Colle Umberto I - Perugia
075.605521
www.agrisolana.com

• Camere e piscina
per le tue vacanze
• Ristorante aperto
tutto l'anno



Vacanze tra Storia, Arte e Natura



Il Romitorio di Monte Tezio
Giancarlo Benvenuto

www.montetezio.com - info@montetezio.com
tel. +39075690859 - cel. +393334054632



VILLAGGIO COLLEVERDE

Via G.B. Della Porta, 59 - Corciano (PG)
Tel. 075.605858 - 605815 - fax 075.605359
www.colleverdeclub.com - info@colleverdeclub.com



photo&immagine

stampa digitale, fotocopie a colori,
oggettistica regalo, servizi fotografici

Str.S.Marco Perugia 81/c 06131 Perugia Tel. 075.5847131
www.photoimmagine.com

Emilio

**PROFUMERIA
ARTICOLI DA REGALO
ESTETICA - viso e corpo
SOLARIUM**



Piazza Italia, 3
06121 - PERUGIA
tel.e fax 075.5735200

MODIFICHE O ANNULLAMENTO DEL PROGRAMMA

L'organizzazione si riserva la facoltà di modificare in qualsiasi momento in caso di necessità il programma stabilito, senza che ciò comporti alcun obbligo verso il Partecipante. L'organizzazione si riserva altresì la facoltà di annullare il contratto in qualsiasi momento senza altro obbligo che quello della restituzione delle somme versate. L'organizzazione può ugualmente annullare il contratto senza indennità in caso di insufficienza del numero dei partecipanti. In caso di annullamento del programma a partenza avvenuta per cause di forza maggiore, verranno rimborsate unicamente le eventuali somme recuperate e relative a servizi non usufruiti nel corso del viaggio. Scioperi e sospensioni di servizi e trasporti terrestri, aerei e navali, anche per avverse condizioni atmosferiche, costituiscono causa di forza maggiore, e non sono imputabili al vettore ed all'organizzazione. Eventuali spese supplementari dovute a tali cause non saranno quindi rimborsate. Nel caso in cui una o più prestazioni previste non potessero essere assicurate durante il viaggio o non potessero che essere fornite parzialmente, l'organizzazione si impegnerà a trovare soluzioni alternative capaci, nei limiti del possibile, di salvaguardare lo scopo ed il carattere della manifestazione.



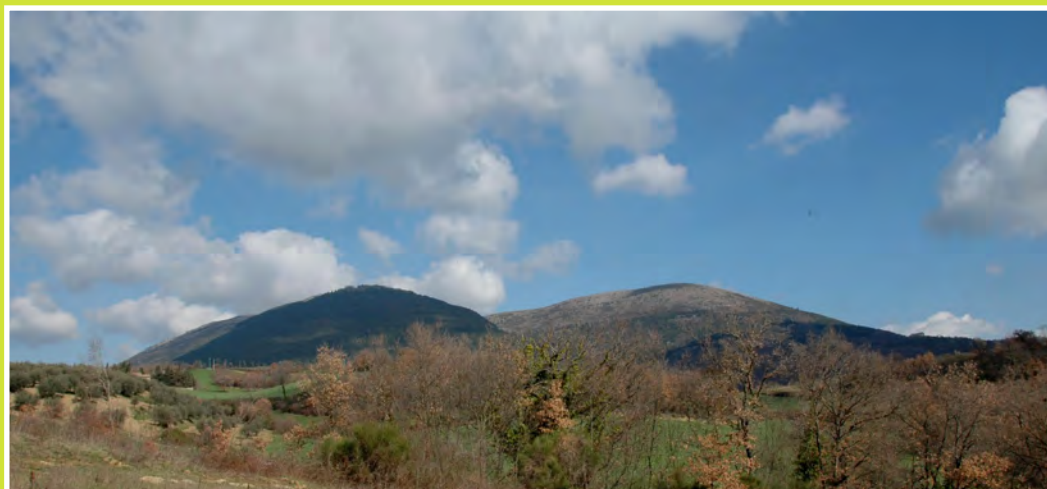
Comune di Perugia
**Assessorato alle Politiche Energetiche e Ambientali,
Pari Opportunità e Stato Civile**



*Un sentito ringraziamento va alla
Soprintendenza per i beni architettonici e
paesaggistici dell'Umbria per aver reso
disponibile la visita alla Villa del Cardinale.*



Programma di promozione di stili di vita
salutari attuato dal Dipartimento di
Prevenzione dell'Ausl 2,



Segreteria Organizzativa del Festival
Via Osteria del Colle - Colle Umberto I - 06133 Perugia
Tel.: 335.6726766 - 346.4166065
festival@montideltezio.it



Cammina Ascolta Racconta

Sabato 8 settembre - Tomba del Faggeto

Domenica 9 settembre - anello di Monte Pacciano

Le escursioni avranno lo scopo di far scoprire ai partecipanti come dal “percorrere” a piedi e lentamente un itinerario possano scaturire le parole per “raccontare” l’esperienza vissuta. Saranno brevi, senza particolari difficoltà, avranno come meta luoghi di particolare interesse storico e naturalistico e saranno guidate da Paolo Piazza fisioterapista e poeta, e da Marina Biasi, formatrice e facilitatrice narrativa. Verranno proposti semplici esercizi preliminari di respirazione e percezione corporea e si camminerà per il maggior tempo possibile in silenzio in modo da poter “ascoltare” attraverso tutti i cinque sensi sia le sensazioni del proprio corpo in movimento, sia quelle provenienti dall’ambiente circostante. Durante le camminate, ci saranno alcune soste durante le quali si alternerà la lettura di brevi brani di letteratura di viaggio con la scrittura individuale, che sarà facilitata attraverso appositi stimoli narrativi. Al termine, i partecipanti che lo vorranno potranno condividere con tutto il gruppo quello che avranno scritto durante la passeggiata. Inoltre, saranno invitati a rielaborare ed integrare in tempi successivi i propri elaborati ed eventualmente ad inviarli agli organizzatori, anche in forma anonima. Questo potrebbe essere così l’inizio di una “storia dei luoghi” raccontata attraverso lo sguardo “autobiografico” delle persone che li hanno percorsi.

Data la particolarità delle escursioni è prevista la partecipazione di un massimo di 10/15 persone a mattina, ci si potrà iscrivere esclusivamente ad una o l'altra delle due uscite.

L'iscrizione è libera e verranno accettati escursionisti solo in base all'ordine cronologico di prenotazione.

info e prenotazioni: festival@montideltezio.it