



Appennino Modenese Turismo Equestre Integrato



CALENDARIO 2013-2014

DATA	EVENTO Equestre	Itinerario Equestre	Attività integrate
18/19/20 Ottobre	viaggio di 3 giorni LE VIE ROMEE Bibulca e Matildica <i>Antichi percorsi che hanno segnato la storia dell'Appennino</i>	I Polinago – Montefiorino (PS) –Frassinoro (PT) II Frassinoro – P. Radici (PS) – Acque Chiare (PT) III Acque Chiare – Boccassuolo (PS) - Polinago	VISITA al Museo Etnografico di San Pellegrino in Alpe
19 ottobre		S. Anna Pelago – Acque Chiare Attività serale – concomitante “Le Vie Romee”	<i>Guida ambientale escursionistica</i> UN LUPO per AMICO Breve incontro divulgativo con proiezioni di diapositive sulla presenza del lupo in Appennino, quindi escursione in notturna con dimostrazione della tecnica wolf bowling, utilizzata nelle attività di monitoraggio del lupo
20 Ottobre	Dalle ore 10,00 alle 12,30 –dalle 14,30 alle18,30	Polinago	<i>Botanica</i> LABORATORIO TEORICO PRATICO DI ERBORISTERIA Imparare a conoscere gli alleati vegetali ed a utilizzare il loro potere per creare rimedi sicuri ed efficaci per curare e prevenire le più comuni affezioni e i malesseri quotidiani.

<p>27 Ottobre 1/2 g Dalle ore 10 alle ore 13,00 <i>Il Castello di Brandola</i> <i>Oggi come allora suoni di zoccoli al castello</i></p>	<p>Polinago</p>	<p><i>Sport</i> NORDIC WALKING (per chi non va a cavallo) Ore 10,00 Ritrovo in maneggio Ore 10.30 – 11,30 Escursione Ore 11.30 – 12,00 Parte comune con i cavalieri Ore 12,00 - 13,00 Rientro in maneggio</p>
<p>1/2/3 Novembre viaggio di 3 giorni <i>PROFUMI D'AUTUNNO</i> PA - TA – CA <i>Viaggio tra le sagre dell'Appennino alla scoperta delle fragranze del sottobosco</i> <i>Patate – Tartufi – Castagne – Funghi</i></p>	<p>I Polinago – Lama Mocogno (PS)- Montecreto (PT) II Montecreto - Piandelagotti (PS) –Frassinoro (PT) III Frassinoro – Montefiorino (PS) – Polinago</p>	
<p>10 novembre Dalle ore 9,30 alle ore 18,30</p>	<p>Polinago</p>	<p><i>Veterinaria</i> PODOLOGIA EQUINA <i>Come è fatto un piede? Come e perché cammina un cavallo. Principali patologie dell'arto equino e possibili soluzioni.</i></p>
<p>17 novembre Dalle ore 10,00 alle 12,30 –dalle 14,30 alle18,30</p>	<p>Polinago</p>	<p><i>Botanica</i> PIANTE MAGIA E SCIAMANESIMO Storia, pratiche di divinazione, tradizione popolare di diverse culture, alchimia, segnature, riti, incantesimi, pulizia e purificazione energetica del corpo e ambienti utilizzando gli alleati naturali.</p>
<p>24 Novembre 1/2 g Dalle ore 10 alle ore 13,00 <i>Borgo di Cinghianello</i> <i>Un borgo da scoprire e valorizzare</i></p>	<p>Polinago</p>	<p><i>Sport</i> NORDIC WALKING (per chi non va a cavallo) Ore 10,00 Ritrovo in maneggio Ore 10.30 – 11,30 Escursione a Cinghianello Ore 11.30 – 12,00 Parte comune con i cavalieri Ore 12,00 - 13,00 Rientro in maneggio</p>

<p>30 Novembre 1 Dicembre (week end B**) Rocca di Rancidoro 1/2 giornata CASTELLO DI POMPEANO 1 giorno <i>Il recente restauro valorizza un antico sito</i></p>	<p>Polinago – Pompeano (PS) - Serramazzone</p>	
<p>15 Dicembre 1/2 g Dalle ore 10 alle ore 13,00 Frazione di San Martino e il monte <i>Nuovi orizzonti, nuove prospettive</i></p>	<p>Polinago</p>	<p><i>Guida ambientale escursionistica</i> Ore 10,00 Ritrovo in maneggio Ore 10.30 – 11,30 Escursione Ore 11.30 – 12,00 Parte comune con i cavalieri Ore 12,00 - 13,00 Rientro in maneggio IL SONNO DEL BOSCO Escursione alla scoperta del bosco intento al sonno invernale.</p>
<p>15 Dicembre Dalle ore 14,30 alle ore 18,00</p>	<p>Polinago</p>	<p><i>Botanica</i> LABORATORIO ERBORISTICO NATALIZIO Prepariamo insieme cosmetici e rimedi per la stagione invernale per l'uso familiare e i doni natalizi</p>
<p>21/22 Dicembre (week end A*) Attività preparatoria all'equitazione di campagna La Croce di Costrignano <i>Suggestivi panorami lungo i crinali</i></p>	<p>Polinago Palagano</p>	
<p>22 dicembre Dalle ore 9,30 alle 12,30 dalle 15,00 ore 18,00</p>	<p>Polinago</p>	<p><i>Veterinaria</i> ETOLOGIA E COMPORTAMENTO DEL CAVALLO Organizzazione sociale del cavallo in natura ed adattamento in ambiente domestico. I sensi come strumento di relazione con l'uomo.</p>
<p>26/27/28 Dicembre 3 giorni NATALE ? ... a CAVALLO! PARCO DI SANTA GIULIA PONTE D'ERCOLE PIANE DI MOCOONO</p>	<p>I Polinago – Parco di Santa Giulia (PS) – Polinago II Polinago – Monzone (PS) – Polinago III Polinago – Piane di Mocogno (PS) – Polinago</p>	

<p>26 Dicembre dalle ore 10,00 alle ore 12,30</p>	<p>Parco di Santa Giulia - Palagano</p>	<p><i>Sport</i> NORDIC WALKING (per chi non va a cavallo)</p>
<p>27 Dicembre dalle ore 10,00 alle ore 12,30</p>	<p>Ponte d'Ercole – Lama Mocogno</p>	<p><i>Guida ambientale naturalistica</i> Ore 10,00 Ritrovo in maneggio Ore 10.30 – 11,30 Escursione Ore 11.30 – 12,00 Parte comune con i cavalieri Ore 12,00 - 13,00 Pranzo in comune con i cavalieri QUANDO LE ROCCE PARLANO! <i>Una storia antica quanto il mondo registrata nelle pietra</i></p>
<p>28 Dicembre dalle ore 10,00 alle ore 12,30</p>	<p>Piane di Mocogno</p>	<p><i>Sport</i> CIASPOLE (per chi non va a cavallo)</p>
<p>3/4/5/6 Gennaio 2014 3 giorni + 1/2 giornata ANNO NUOVO ? ...a CAVALLO ! <i>Viaggio tra i Castelli del Frignano</i> CASTELLO DI GOMBOLA CASTELLO DI MONTECUCCOLI ROCCA DI MONTEFIORINO Aperitivo con la Befana in Locanda</p>	<p>I Polinago – Gombola (PS) - Polinago II Polinago – Monzone (PS) - Polinago III Polinago – Montefiorino (PS) - Polinago IV Polinago – Palagano</p>	
<p>3 Gennaio 2014 dalle 10,00 alle 12,00 e dalle 14,30 alle 16,30</p>	<p>Polinago- Gombola</p>	<p><i>Sport</i> NORDIC WALKING (per chi non va a cavallo)</p>
<p>6 Gennaio 2014</p>	<p>Polinago</p>	<p><i>port</i> LA BEFANA ARRIVA CON LE CIASPOLE</p>

<p>19 Gennaio ½ g Dalle ore 10 alle ore 13,00 Cadignano – La Casarola <i>Ospitalità per cavallo e cavaliere</i></p>	Polinago – Lama Mocogno - Polinago	
<p>19 Gennaio</p>	Polinago – Lama Mocogno	<p><i>Guida ambientale escursionistica</i> Ore 10,00 Ritrovo in maneggio Ore 10.30 – 11,30 Escursione Ore 11.30 – 12,00 Parte comune con i cavalieri Ore 12,00 - 13,00 Rientro in maneggio TORRENTE ROSSENA E LA CASAROLA</p>
<p>1 / 2 Febbraio 2014 (week end B**) <i>week end B**</i> Cinghianello ½ giornata BOSCHI DI CRISTALLO <i>Viaggio a cavallo tra paesaggi immacolati dalla neve, nella quiete e nel silenzio invernale</i></p>	<p>I Polinago – Cinghianello – Polinago II Polinago – Torre di Montecenere (PS) - Polinago</p>	
<p>2 Febbraio 2014 dalle 10,00 alle 12,00 e dalle 14,30 alle 16,30</p>	Montecenere	<p><i>Sport</i> CIASPOLE (per chi non va a cavallo)</p>
<p>14 Febbraio 2014 SAN VALENTINO <i>Romantic Tour</i> La Coppia a Cavallo ore 10,00 - 13,00 <i>Escursione a cavallo</i> La coppia in Carrozza</p>		<p><i>Carrozza</i> PASSEGGIATE IN CARROZZA di un’ora Polinago lungo la via panoramica per Pianorso</p>
<p>16 Febbraio ½ g Dalle ore 10 alle ore 13,00 Rocca di Rancidoro <i>Posizione dominante per scenari incantevoli</i></p>	Polinago – Rancidoro - Polinago	<p><i>Sport</i> NORDIC WALKING (per chi non va a cavallo) Ore 10,00 Ritrovo in maneggio Ore 10.30 – 11,30 Escursione Ore 11.30 – 12,00 Parte comune con i cavalieri Ore 12,00 - 13,00 Rientro in maneggio</p>

23 Febbraio Dalle ore 9,30 alle 12,30 dalle 15,00 ore 18,00	Polinago	<i>Veterinaria</i> SOS CAVALLO Gestione delle emergenze del cavallo: giornata teorico-pratica sulle prime cure e sull'intervento veterinario.
8/9 Marzo (week end B**) W LE DONNE Brindisi alle Signore in Locanda MARANELLO DI GOMBOLA	I Polinago - La via dei Cavallari- Polinago II Polinago - Gombola (PS) - Polinago	
8 Marzo SIGNORE... IN CARROZZA	Polinago	<i>Carrozza</i> PASSEGGIATE IN CARROZZA di un'ora Polinago lungo la via panoramica per Pianorso
16 Marzo ½ g Dalle ore 10 alle ore 13,00 Torre di Mocogno <i>Punto strategico per nuove vedute</i>	Polinago – Mocogno - Polinago	
16 Marzo Dalle ore 14,30 alle ore 18,00	Polinago	<i>Botanica</i> “SOPRAVVIVERE” GRAZIE AGLI ALLEATI VEGETALI Erbe e rimedi da tenere a portata di mano per sopravvivere senza problemi alla vita di tutti i giorni, alle passeggiate ai viaggi avventurosi...
22/23 Marzo 2014 (week end B**) BUONGIORNO ...PRIMAVERA Cadignano ½ giornata IL PONTE D'ERCOLE <i>L'immensità della natura si rivela ai nostri occhi</i>	I Polinago – Cadignano Mirasole – Polinago II Polinago – Lama Mocogno (PS) - Polinago	<i>Sport</i> NORDIC WALKING (per chi non va a cavallo) Ore 10,00 Ritrovo in maneggio Ore 10.30 – 11,30 Escursione Ore 11.30 – 12,00 Parte comune con i cavalieri Ore 12,00 - 13,00 Rientro in maneggio
23 Marzo 2014 dalle 10,00 alle 12,00 e dalle 14,30 alle 16,30	Lama Mocogno	<i>Guida ambientale naturalistica</i> Ore 10,00 Ritrovo in maneggio Ore 10.30 – 11,30 Escursione Ore 11.30 – 12,00 Parte comune con i cavalieri Ore 12,00 - 13,00 Pranzo in comune con i cavalieri QUANDO LE ROCCE PARLANO! <i>Un'antica storia registrata nelle pietre</i>

<p>30 Marzo dalle 10,00 alle 12,30 e dalle 14,30 alle 17,30</p>		<p><i>Topografia e orientamento</i> TUTTE LE STRADE PORTANO A... L'USO DEL GPS GPS escursionistico e le sue potenzialità</p>
<p>5 /6 aprile Viaggio di 2 giorni CALANCHI E OFIOLITI <i>Calanchi, salse, ofioliti viaggio a cavallo tra i misteri di “madre terra”</i></p>	<p>I Polinago – Casa Storto (PS) – Faesto - Serramazzone (PT) II Serramazzone – Casa Mateazzi – Gombola (PS) – Polinago</p>	
<p>13 Aprile dalle 09,30 alle 18,00</p>	<p>Polinago</p>	<p><i>Psicologia</i> EQUITARE SECONDO IL METODO EC (1° parte) Leggere le emozioni ed il comportamento umano con atteggiamento consapevole e gentile</p>
<p>19/20/21 aprile Viaggio di 3 giorni GRANDI VIAGGI A CAVALLO I PONTI DEL FRIGNANO <i>Due argini, due culture, due mondi che si fondono, il ponte come simbolo d'unione e d'incontro</i> Il Ponte di Brandola- Il Ponte d'Ercole- Il Ponte di Olina – Il Ponte dei Leoni- Il Ponte della Fola – Il Ponte della Luna</p>	<p>I Polinago - Lama Mocogno (PS) - Sestola (PT) II Sestola – Montecreto (PS) – Riolunato (PT) III Riolunato – Pievepelago – Lama Mocogno (PS) – Polinago</p>	
<p>25/26/27 aprile Viaggio di 3 giorni GRANDI VIAGGI A CAVALLO LUNGO I PERCORSI DELLA RESISTENZA <i>segni della storia. Quando la guerra si trasforma in simbolo di pace nel mondo</i></p>	<p>I Polinago – S.Giulia (PS) – Cerredolo (PT) II Cerredolo – Toano (PS) - Montefiorino (PT) III Montefiorino – Palagano (PS) – Polinago</p>	

<p>4 maggio dalle 09,30 alle 18,00</p>	<p>Polinago</p>	<p><i>Psicologia</i> EQUITARE SECONDO IL METODO EC (2° parte) Leggere le emozioni ed il comportamento umano con atteggiamento consapevole e gentile</p>
<p>10/ 11 Maggio Viaggio di 2 giorni UNA ROSA PER tutte le MAMME <i>Il regno delle Rose</i></p>	<p>I Polinago – Gombola (PS) - Serramazzoni II Serramazzoni – Pompeano (PS) - Polinago</p>	
<p>10 Maggio</p>	<p>Polinago</p>	<p><i>Guida ambientale escursionistica</i> DATEVI ALL'ITTICA! La natura lungo il Rossenna Ore 10,00 Ritrovo in maneggio Ore 10.30 – 11,30 Escursione Ore 11.30 – 12,00 Parte comune con i cavalieri Ore 12,00 - 13,00 Pranzo in comune con i cavalieri</p>
<p>11 Maggio MAMME... IN CARROZZA</p>	<p>Polinago</p>	<p><i>Carrozza</i> PASSEGGIATE IN CARROZZA di un'ora Polinago lungo la via panoramica per Pianorso</p>
<p>18 Maggio Dalle ore 10,00 alle 12,30 –dalle 14,30 alle18,30</p>	<p>Polinago</p>	<p><i>Botanica</i> COSMETICI NATURALI Prodotti per l'igiene personale la bellezza. Usando esclusivamente sostanze naturali appartenente al regno vegetale e minerale.....</p>
<p>25 Maggio Dalle ore 10,00 alle 12,30 –dalle 14,30 alle18,30</p>	<p>Polinago</p>	<p><i>Tecnica Equestre</i> LAVORO ALLA LONGE (I parte) Lavoro del cavallo non montato, codici comunicativi, addestramento e preparazione atletica</p>
<p>31 Maggio 1 -2 Giugno Viaggio di 3 giorni GRANDI VIAGGI A CAVALLO I PATRIARCHI DELLA TERRA <i>La via degli alberi monumentali</i> <i>“Gli alberi sono lo sforzo infinito della terra per parlare al cielo in ascolto”</i></p>	<p>I Polinago – Boccassuolo (PS) – La Santona (PT) II La Santona – Serpiano (PS) – Riolunato (PT) III Riolunato – Montecreto (PS) – Polinago</p>	

1 Giugno	Riolunato	<i>Botanica</i> COME PARLANO GLI ALBERI... L'albero della vita è inciso nella nostra memoria più antica, basta evocarlo e saremo di nuovo con naturalezza capaci di vedere tutto con occhi diversi
7 Giugno dalle 14,30 alle 18,30 tecnica in aula In serata proiezione filmati 8 Giugno MONTE CANTIERE esperienza pratica in montagna	Polinago Polinago – Monte Cantiere - Polinago	<i>Tecnica Equestre</i> EQUITAZIONE IN DI MONTAGNA A fil di cielo, oltre la tecnica equestre, dove il sogno diventa realtà...come affrontare escursioni in alta quota nel rispetto del cavallo
21\22 Giugno Viaggio di 2 giorni BENVENUTA... ESTATE! RISERVA DI SASSOGUIDANO <i>Un habitat con elevata biodiversità arricchisce l'essere umano, che può trovare la soluzione ai diversi quesiti della vita</i>	I Polinago – Renno (PS) – Sassoguidano(PT) II Sassoguidano – Montebonello (PS) – Polinago	
21 Giugno Dalle 10,00 alle 12,00 e dalle 14,30 alle 17,00	Riserva di Sassoguidano	<i>Guida ambientale escursionistica</i> PERCORSO MULTISENSORIALE... permette la riscoperta del contatto con l'ambiente. Rivalorizzare i cinque sensi favorisce un piacevole contatto con la Natura che abita in ogni essere vivente.
dal 22 al 28 Giugno VACANZE A CAVALLO SETTIMANE EQUESTRI <i>Lezioni, passeggiate, escursioni e saggio finale per ragazzi e adulti</i>	Polinago	
29 Giugno 4 PASSI TRA LE SAGRE S.RITA DELL'OCA <i>Viaggio alla Sagra di Monteforco</i>	Polinago – Monteforco (PS) - Polinago	

<p>dal 6 al 12 Luglio VACANZE A CAVALLO SETTIMANE EQUESTRI Lezioni, passeggiate, escursioni e saggio finale per ragazzi e adulti</p>	<p>Polinago</p>	
<p>9 Agosto ESCURSIONE IN NOTTURNA STELLA STELLINA... LA NOTTE S'AVVICINA Escursione in notturna, alla ricerca della nostra stella,</p>	<p>Polinago – Parco di S. Giulia - Polinago</p>	<p><i>Astronomia</i> OSSERVAZIONE DELLE STELLE ORIENTAMENTO NOTTURNO</p>
<p>9 Agosto</p>	<p>Polinago</p>	<p><i>Sport</i> NORDIC WALKING (per chi non va a cavallo)</p>
<p>dal 11 al 16 Agosto Viaggio di 6 giorni GRANDI VIAGGI A CAVALLO LE PERLE DEL FRIGNANO intorno al Monte Cimone “...fatti guidare, ti stupirò con effetti speciali, fermati e osserva!!”</p>	<p>I Polinago – Piane di Mocogno (PS) – La Santona (PT) II La Santona – Montecreto (PS) – Riolunato (PT) III Riolunato – Le Polle (PS) – Fiumalbo (PT) IV Fiumalbo – Fanano (PS) – Sestola (PT) V Sestola – Pavullo nel Frignano (PS) - Monzone (PT) VI Monzone – Serrramazzoni (PS) – Polinago</p>	
<p>dal 7 al 14 settembre viaggio di 8 giorni GRANDI VIAGGI A CAVALLO DI PASSO ...IN PASSO Dal Monte Cimone alle 5 Terre, sui crinali lungo il sentiero “oo” “...ti guiderò tra le meraviglie del mio mondo, spegni la mente e ascolta!”</p>	<p>I Polinago – Piane di Mocogno (PS) –S.Anna Pelago (PT) II S. Anna Pelago – S.Pellegrino(PS) – P. Radici (PT) III Passo Radici – Abetina Reale (PS) – P. Pradarena (PT) IV P.Pradarena – P. del Cerreto (PS) – P.Lagastrello (PT) V Lagastrello – Lagdei (PS) – P. Cirone – P. Cisa (PT) VI P. della Cisa – P. del Bretello (PS) –P. dei 2 Santi (PT) VII P. dei 2 Santi – Sesta Godano (PS) – Levanto VIII Escursione nel Parco delle 5 Terre</p>	
<p>14 settembre</p>	<p>5 Terre</p>	<p><i>Guida ambientale escursionistica</i> ESCURSIONE IN KAYAK Il Parco delle 5 terre viste dal mare</p>

<p>21 settembre dalle ore 15,00 alle ore 19,00 PORTE APERTE AL MANEGGIO “Vieni a conoscere l’equitazione, uno sport magico!” <i>Avvicinamento all’equitazione e passeggiate a cavallo</i> ESPERIENZE GRATUITE <i>Presentazione programmi 2014/15</i></p>	<p>Polinago</p>	
<p>27/28 settembre dalle 09,30 alle 18,00 al giorno</p>	<p>Polinago</p>	<p><i>Psicologia</i> EQUITARE SECONDO IL METODO EC (1° e 2° parte) Leggere le emozioni ed il comportamento umano con atteggiamento consapevole e gentile</p>
<p>4/5 Ottobre Viaggio di 2 giorni SAPORI D’AUTUNNO CASTAGNETI SECOLARI <i>Un involucri spinoso, per un cuore dolcissimo. L’albero della vita.</i></p>	<p>I Polinago – Vaglio (PS) – Montecreto (PT) II Montecreto – Acquaria (PS) – Olina - Polinago</p>	
<p>18/19 Ottobre Viaggio di 2 giorni ESCURSIONE IN NOTTURNA BRAMITO DEI CERVI <i>Escursione serale Alpe Sigola</i></p>	<p>I Polinago – La Santona (PS- PT) II La Santona – Polinago</p>	<p><i>Guida ambientale escursionistica</i> IL BRAMITO DEI CERVI (notturna) Breve incontro divulgativo sulla biologia del cervo quindi escursione in notturna in ascolto del bramito.</p>
<p>1/2 Novembre Viaggio di 2 giorni LE CASCATE DI BUCAMANTE <i>La dolce melodia dell’acqua scrosciante rigenera la mente, l’acqua come eterna fonte di vita per natura uomini e cavalli</i></p>	<p>I Polinago – Casa Storto (PS) - Serramazzone II Serramazzone – Bucamante (PS) - Polinago</p>	

RICHIEDETE I PROGRAMMI DETTAGLIATI

NOTE

- * WEEK END A rivolto a principianti, attività mista di lezioni, passeggiate e ½ giornata di escursione.
- **WEEK END B rivolto a partecipanti con sufficienti capacità equestri escursione di ½ giornata + 1 giornata di escursione, è possibile effettuare una sola delle due escursioni programmate.
- PS punto sosta PT punto tappa
- Pranzi presso ristoranti, agriturismo o aree attrezzate.
- Pernottamenti in albergo, agriturismo o rifugi.
- Le date e i percorsi possono subire delle variazioni
- E' questo un calendario è **dinamico** è possibile togliere e aggiungere altri itinerari equestri o argomenti teorici

Guida	Tiziano Bedostri	Tecnico di Equitazione di Campagna III Liv Fise- Guida Nazionale Fitetrec Ante
Indirizzo	Maneggio:	Via San Martino 12 -41025 Polinago (Mo)
Informazioni	Tiziano:	348 23 123 90
	Piera	348 81 26 59 5
	E- mail	gruppoattacchivda@libero.it
	Sito	www.gruppoattacchivda.it

LE ATTIVITÀ INTEGRATE SONO CONDOTTE DA SPECIALISTI QUALIFICATI

*Dott.sa **Isabella Massamba** docente in scienze naturali dell'università di Modena seguirà tutta la parte riguardante la Botanica*

*Dott. **Davide Pagliai** laureato in scienze naturali è Guida Ambientale Escursionistica accompagnerà a piedi i gruppi in escursioni naturalistiche sui diversi argomenti*

*Dott. **Pierluigi Giacobazzi** direttore del Planetario di Modena, ci illustrerà le meraviglie del cielo stellato*

*Dott.sa **Benedetta Nesti** medico veterinario seguirà gli argomenti di carattere veterinario*

*Dott. **Roberto Dal Pozzo** psicologo/ psicoterapeuta, tratterà gli argomenti di psicologia*

*Ing. **Irene Bedostri** tratterà gli argomenti di topografia e GPS*

*Sig. **Lando Pierazzi** maestro di sci e istruttore di nordic walking accompagnerà gli escursionisti con le ciaspole e nordic walking*

*Sig. **Tiziano Bedostri** istruttore e tecnico FISE, guida equestre, tratterà gli argomenti di tecnica equestre*

*Inoltre per le visite guidate ai monumenti e castelli ci si avvarrà delle **guide del luogo***

ARGOMENTI

- **Botanica**

La magica natura ha da rivelare parecchi segreti, conoscere gli “alleati vegetali” piante, fiori, minerali e utilizzarli nella cucina, nella cosmesi nel pronto soccorso arricchisce la nostra mente, oltre ad entrare in rapporto profondo con la nostra madre terra sempre ricca, incondizionatamente d’amore

- **Guida ambientale escursionistica**

L’aria pura, i mille colori e profumi e la semplice azione del camminare all’aperto hanno una preziosa azione rigenerante che controbilancia i limiti del nostro stile di vita attuale, spesso sedentario, incentrato solo su attività mentali e con poco tempo per la socializzazione.

Ma camminare in un bosco, su un prato, in montagna o lungo un’acqua che scorre, hanno su di noi un effetto ben più profondo e benefico della semplice rigenerazione fisica, ci permette di sintonizzarci su lunghezze d’onda cerebrali più lente che ci rendono più sensibili e percettivi.

- **Astronomia**

Passo passo con l’ausilio di un telescopio, il Direttore del Planetario di Modena, ci guiderà nella lettura della volta celeste, le costellazioni, l’orientamento notturno, storia e mitologia saranno la base per una serata ricca di numerosi argomenti

- **Veterinaria**

Un magnifico compagno di viaggio, un amico silenzioso, sempre presente nei nostri sogni necessita di essere conosciuto anche da un punto di vista scientifico, la veterinaria come scienza amica alleata del binomio uomo-cavallo

- **Psicologia**

Nessun mistero, nessuna magia, la psicologia come strumento per conoscersi e per conoscere meglio le nostre relazioni, le emozioni come alleati alla nostra crescita, come sviluppo del rapporto con il mondo della natura, degli animali, dell’uomo, inforchiamo gli occhiali della traduzione per leggere le nostre e altrui emozioni.

- **Topografia e orientamento**

Dove vado? Mi faccio guidare dalle stelle? Per andare in quel luogo qual è la strada migliore? Nuovi strumenti per orientarsi, come usarli al meglio.

- **Sport NORDIC WALKING**

La camminata con i bastoncini coinvolge la muscolatura ausiliaria dell’apparato respiratorio, incrementa l’ossigenazione dell’intero organismo, mantiene in esercizio quattro delle cinque forme principali di qualità fisiche e condizionali: resistenza, forza, mobilità e coordinazione, scioglie le contrazioni nella zona spalle nuca oltre a numerosi benefici il nordic walking rinforza il sistema immunitario.

- **Ciaspole**

Nel silenzio della neve, percorrendo sentieri immacolati tra boschi di cristallo dove la galaverna avvolge il mondo, possiamo vivere un momento di grande ascolto con noi stessi e l’ambiente, l’attività è rivolta a grandi e piccini

- **Tecnica Equestre**

La tecnica equestre, utilizzata in passato per addestrare il cavallo alla guerra o ai giochi circensi è rivista in questo frangente con altri occhi, un supporto, uno strumento, un sostegno alla vita di relazione di quel prodigioso binomio (uomo-cavallo) per conoscersi meglio per capire e sentire *insieme*

- **Attacchi**

Bambini, anziani, disabili e appassionati tutti possono vivere un momento d’altri tempi, il ritmo del cavallo che traina la carrozza entra nel cuore, recuperando dimensioni diventate ormai sconosciute.