



In viaggio tra le emozioni
del Grand Tour Italiano

turismo | sport | ambiente

n.03
Ottobre 2020



UISP
aps

sportpertutti

Comitato di Reggio Emilia

**TEMPO
LIBERO**

TURISMO



**EDIZIONE AL PROFUMO
DI PRIMAVERA**

Distribuzione gratuita | Tutte le iniziative sono rivolte ai soci.

POSTE ITALIANE S.P.A. SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE D.L. 353/2003 (CONV. IN L. 27/02/2004 N. 46) ART. 1 COMMA 1 CN/RE

N° 3 - 2020

Tempo Libero Uisp
Periodico di cultura
sportiva e turismo

Iscrizione al Registro Nazionale
della Stampa presso il
Tribunale di Reggio Emilia
n. 575 del 11/06/1984

Proprietario:

Azio Minardi

Uisp Reggio Emilia APS
via A. Tamburini, 5 int. 6
42122 Reggio Emilia

Direttore Responsabile:

Federica Imbrogli

Editore:

Uisp Reggio Emilia APS
via A. Tamburini, 5 int. 6
42122 Reggio Emilia

Stampa

La Fitolito
www.lafitolito.eu

Contatti Settore Turismo

www.uisp.it/reggioemilia
settoreturismo@uispre.it
telefono: 0522 267215
oppure 0522 267204
fax: 0522 1713516

Polizze Assicurative Unipol

n° 1/2550/4/4104647RC
n° 1/2550/319/150322195

Orario al pubblico uffici UISP

lunedì, martedì, giovedì, venerdì
8:30 - 13:00 / 15:00 - 18:30
mercoledì 15:00 - 18:30

Distribuzione gratuita

Numero chiuso il 20 ottobre 2020
Attività riservate ai soci UISP

 Soggiorni

 Weekend

 Gite giornaliera

**CHIEDIAMO AI GENTILI SOCI
DI CONFERMARE
LA PRENOTAZIONE
TELEFONICA ENTRO DUE
SETTIMANE DALLA
CHIAMATA PASSANDO DAI
NOSTRI UFFICI PER IL
SALDO OPPURE
TRAMITE BONIFICO BANCARIO
IT561053871280000000948431**

INVIO GIORNALINO TEMPO LIBERO TURISMO

Cari amici ed amiche,

come ben immaginate anche la Uisp di Reggio Emilia sta vivendo un momento molto difficile a causa dell'emergenza Covid: in particolare è il settore turismo a risentire maggiormente di questa situazione complicata, ciò nonostante, come vedete anche da questo giornalino, ci stiamo sforzando di proporvi mete e viaggi interessanti curando al massimo i protocolli di sicurezza. Vogliamo continuare a garantire ai nostri soci la possibilità di stare insieme e di vedere le bellezze italiane. **Per poter dare continuità ai servizi fino ad ora garantiti, abbiamo pensato di proporvi nuove modalità di ricezione del vostro amato "Tempo Libero", il giornalino che vi tiene informati sui nostri viaggi. Ecco le tre modalità a cui aderire dal prossimo numero:**

1- CON POSTA ELETTRONICA (chiama o scrivi per comunicare la tua mail)

2- CON MESSAGGIO WHATSAPP (chiama per comunicare il numero di cellulare su cui vuoi riceverlo E SALVA NELLA TUA RUBRICA IL NOSTRO NUMERO PER ESSERE SEMPRE IN CONTATTO CON LE NOVITÀ DEL MONDO UISP)

3- SPEDIZIONE VIA POSTA -GARANTITA- (Abbiamo anche la novità dell'invio postale sicuro, con un contributo complessivo di € 5,00 riceverai i tre numeri annuali in formato cartaceo direttamente a casa. Se scegli questa opzione contattaci per indicare l'indirizzo preciso dove riceverlo.

Il Presidente Uisp Azio Minardi

Siamo sempre a tua disposizione per ogni chiarimento:

tel 0522 267215 - 0522 267204 - settoreturismo@uispre.it - reggioemilia@uisp.it

TRADIZIONALE PRANZO DI PESCE

Domenica 7 febbraio 2021 ore 12.30 (luogo in via di definizione)

Con l'auspicio di poter tornare alle nostre belle abitudini, proponiamo una domenica con menù a base di pesce: il tradizionale pranzo con i cuochi e gestori **Roberto e Daniela** del rinnovato hotel **Riviera** di Senigallia, per trascorrere una bella giornata insieme e in allegria.

Un ricco menù: antipasti, due primi, secondo, contorno, dolce acqua e vino.

Il costo è di **€ 25 a persona**

Prenotazione obbligatoria allo 0522/267215 - 0522/267204

I posti saranno limitati in base al DPCM in vigore nel mese di febbraio

RIPARTONO I BALLI DI GRUPPO UISP

RUBIERA

PALESTRA MARI (via Mari, dietro al palazzetto dello sport)
IL MARTEDI' ORE 21.00/23.00 **LIVELLI:** PRINCIPIANTI, INTERMEDI, AVANZATI

REGGIO EMILIA

PALESTRA PEZZANI (via Wibicky)
IL MERCOLEDI' ORE 20.30/22.30 **LIVELLI:** PRINCIPIANTI, INTERMEDI, AVANZATI

TUTTE LE ATTIVITA' SONO FATTE RISPETTANDO I PROTOCOLLI DI SICUREZZA
PER INFO: ANTONIO SFORZA TEL. 347 9795274 Uff. Uisp 0522 267204/215

SPECIALE NEVE A ZIANO DI FIEMME

Ritornano gli appuntamenti sulla neve. Sempre all'hotel **Nele** a Ziano di Fiemme, all'insegna del divertimento, dello sci ed escursioni sulla neve. Trattamento di mezza pensione, viaggio in auto propria.

23 / 26 gen.	come programma	€ 220 doppia	€ 250 singola
6 / 9 mar.	come programma	€ 245 doppia	€ 280 singola

Per confermare le prenotazioni occorre recarsi nei ns uffici per firmare il contratto e versare la caparra. Iniziativa riservata ai soci uisp in possesso della tessera stagione 2021. **Bambini 0/2 anni free, 3/12 anni in camera con due adulti sc 50%, con un solo adulto sc 25%. dai 13 anni sono considerati adulti. Caparra € 100 a persona, a meno di 20 gg dalla partenza penale del 30% a persona. Saldo entro 30 giorni prima della partenza.**

SOGGIORNO A SANREMO - Liguria

Una bella novità per assaporare il clima mite della costa ligure, andremo all'hotel "Villa Sylva", situato a 1,5 km dal centro e vicino al mare. Camere curate e dotate di moderni comfort, Spa e Solarium per i momenti di relax e una palestra. Città votata all'accoglienza, offre tante proposte tra parchi storici, piste ciclabili e l'antico Casinò.

1 / 13 febbraio	12 pensioni complete	€ 835 in doppia	€ 1075 in singola
<p>La quota comprende: viaggio in pullman, pensione completa in hotel con bevande incluse, assicurazione sanitaria e accompagnatore. Partenza dal piazzale Funakoshi di Reggio Emilia alle ore 07.30. Prenotazione della vacanza entro il 23 dicembre. Caparra € 200 a persona, saldo entro 35 giorni prima della partenza. In caso di rinuncia al viaggio, penale del 30% della quota di partecipazione. Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.</p>			

SOGGIORNO A GIARDINI NAXOS - Sicilia

Giardini-Naxos, sul lungomare, sorge l'hotel Sabbie d'Oro. La cura delle camere e degli spazi consente il massimo della funzionalità e del comfort. L'elegante ristorante dell'hotel, propone piatti tipici siciliani. In loco saranno proposte delle piacevoli escursioni per l'esplorazione della zona. Una vacanza confortevole alle calde pendici dell'Etna.

6 / 13 marzo	7 pensioni complete	€ 835 in doppia	€ 1005 in singola
<p>La quota comprende: volo di linea A/R Bologna/Catania, transfert in pullman per e dagli aeroporti, pensione completa con bevande, accompagnatore, assicurazione sanitaria e annullamento viaggio. Caparra € 200 a persona, saldo entro il 15 gennaio. In caso di rinuncia al viaggio, penale del 35% della quota di partecipazione. Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.</p>			

RELAX A MONTEGROTTO TERME

Un soggiorno all'insegna della salute e del benessere all'hotel **Terme Antoniano**, il confortevole 4 stelle di Montegrotto Terme.

Un'area con piscine termali e un reparto wellness all'avanguardia, diverse tipologie di camere accoglienti e dotate di ogni servizio, gastronomia made in Italy e regionale, al cospetto dei Colli Euganei.

18 / 25 marzo	7 pensioni complete	€ 655 in doppia	€ 725 in singola
18 / 21 marzo	3 pensioni complete	€ 335 in doppia	€ 365 in singola
18 / 28 marzo	10 pensioni complete	€ 895 in doppia	€ 995 in singola
21 / 25 marzo	4 pensioni complete	€ 410 in doppia	€ 450 in singola
<p>La quota comprende: viaggio A/R in pullman, pensione completa (bevande escluse), accappatoio, ingresso alle piscine e alla sala fitness, accompagnatore e assicurazione sanitaria. Partenza dal piazzale Funakoshi di Reggio Emilia alle ore 08.30. Caparra € 100, saldo entro 30 giorni prima della partenza. A meno di 15 giorni lavorativi della partenza la penale è il 20% della quota di partecipazione.</p>			

DUE DATE PER REGGIA DI CASERTA - NAPOLI E COSTIERA

Il primo giorno esplorazione di **Napoli** in veste natalizia. Il secondo giorno visita guidata della costiera amalfitana: **Sorrento, Positano** e pranzo ad **Amalfi** per immergersi nello splendore della cattedrale Sant'Andrea. L'ultimo giorno visita guidata alla **Reggia di Caserta**, tempo a disposizione per la visita libera di Napoli.

4 / 6 gennaio	come da programma	€ 395 in doppia	€ 435 in singola
16 / 18 aprile	come da programma	€ 395 in doppia	€ 435 in singola
<p>La quota comprende: viaggio in treno A/R, bus per i transfert in loco, due mezze pensioni in hotel a Sorrento, guida per una giornata e mezzo, ingresso alla Reggia di Caserta, pranzo in ristorante ad Amalfi del secondo giorno, assicurazione sanitaria e accompagnatore. Caparra € 150 a persona, saldo entro 30 giorni prima della partenza. Dopo il saldo, penale di € 150 a persona. Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.</p>			



TUTTI A TORINO CULLA DEL RISORGIMENTO CON ISTORECO

1° G. Visita al museo del Risorgimento, a seguire, approfondimento storico sulla **Cinzano** attraverso la visita della città. Dopo una dolce pausa in una cioccolateria del centro, visita libera al **museo del Cinema** e alla Mole Antonelliana. 2° G. Giornata dedicata alla Resistenza torinese con visita al museo diffuso nelle sue tappe interne all'Istituto Storico per le vie della città.

13 / 14 febbraio	come da programma	€ 250 in doppia	€ 280 in singola
------------------	-------------------	-----------------	------------------

La quota comprende: viaggio in treno A/R, ricercatore – guida Istoreco per tutto il soggiorno, 1 pernottamento in hotel*** con prima colazione, 1 pasto in ristorante, 3 visite guidate, ingresso nei musei e nei luoghi sopraindicati, noleggio sistemi audio-riceventi, assicurazione sanitaria.

Caparra € 150 a persona, saldo entro 30 giorni prima dalla partenza.

Dopo il saldo, penale di € 150 a persona.

Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.

VILLA MELZI E LO SPETTACOLARE TRENINO DEL BERNINA

1G. Arrivo a Bellagio in traghetto e visita di **Villa Melzi**. Pranzo libero. Se possibile prima del rientro in hotel, visita del Santuario della Madonna di Tirano.

2 G. Al mattino effettueremo la meravigliosa attraversata del **"Trenino Rosso del Bernina"** da Tirano a St. Moritz. Pranzo in un tipico ristorante.

26 / 27 marzo	come da programma	€ 220 in doppia	€ 240 in singola
---------------	-------------------	-----------------	------------------

La quota comprende: viaggio in bus, una mezza pensione in hotel a Tirano, biglietto ferroviario in carrozze panoramiche, ingresso a Villa Melzi, traghetto da Varenna a Bellagio, pranzo in ristorante del secondo giorno, assicurazione sanitaria e accompagnatore.

Partenza dal piazzale Funakoshi di Reggio Emilia alle ore 06.00.

Caparra € 100 a persona, saldo entro 30 giorni prima dalla partenza.

Dopo il saldo, penale di € 100 a persona.

Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.

I CARATTERISTICI SASSI DI MATERA E GRAVINA DI PUGLIA

Arrivo a **Matera** nel pomeriggio e visita libera della città.

Il secondo giorno sarà tutto dedicato alla **"Città dei Sassi"** con la guida alla scoperta delle tracce del passato che ancora resiste nelle abitazioni, nelle strade e nelle grotte. L'ultimo giorno visita guidata ai sotterranei di **Gravina di Puglia**. Degustazione di prodotti locali in una tipica masseria.

9 / 11 aprile	come da programma	€ 335 in doppia	€ 375 in singola
---------------	-------------------	-----------------	------------------

La quota comprende: viaggio in pullman, due mezze pensioni (una cena in ristorante e una in hotel a Matera), degustazione in masseria, guida per una giornata a Matera ingresso alla cattedrale, casa grotta, due chiese rupestri, cisterna, ingresso ai sotterranei con la guida a Gravina di Puglia, assicurazione sanitaria e accompagnatore.

Partenza dal piazzale Funakoshi di Reggio Emilia alle ore 05.00.

Caparra € 100 a persona, saldo entro 30 giorni prima dalla partenza.

Dopo il saldo, penale di € 100 a persona.

Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.

LA MAGIA DELL'ARGENTARIO: ISOLA DEL GIGLIO E SOVANA

1 G. Il weekend inizierà con la visita guidata di **Pitigliano** "città del tufo" e della splendida **Sovana** piccolo borgo medievale della Maremma.

2 G. Sarà dedicato all'esplorazione dell' **isola del Giglio**.

3 G. Visiteremo due bellissimi borghi: la medievale **Bolgheri** e conclusione con la visita del caratteristico centro storico di **Volterra**.

23 / 25 aprile	come da programma	€ 325 in doppia	€ 365 in singola
----------------	-------------------	-----------------	------------------

La quota comprende: viaggio in pullman, due mezze pensioni in hotel, un pranzo in ristorante il terzo giorno, traghetto per l'isola del Giglio, guida per tre mezza giornate, assicurazione sanitaria e accompagnatore.

Partenza dal piazzale Funakoshi di Reggio Emilia alle ore 06.00.

Caparra € 100 a persona, saldo entro 30 giorni prima dalla partenza.

Dopo il saldo, penale di € 100 a persona.

Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.



TOUR DEL SALENTO: LECCE - OTRANTO - GALLIPOLI

Il primo giorno arrivo nel pomeriggio e visita libera del centro storico nell'incantevole città barocca di **Lecce**. Il secondo giorno escursione guidata in bus a **Gallipoli, Leuca** e **Otranto**. Il terzo giorno visita guidata dei monumenti più illustri di Lecce: basilica di Santa Croce, cattedrale, piazza duomo, anfiteatro romano.

30 apr. / 2 mag.	come da programma	€ 395 in doppia	€ 435 in singola
------------------	-------------------	-----------------	------------------

La quota comprende: viaggio in treno A/R, bus per i transfert in loco, due mezze pensioni in hotel a Lecce, guida per una giornata e mezzo, radioguide con auricolari per il secondo e terzo giorno, assicurazione sanitaria e accompagnatore.

Caparra € 150 a persona, saldo entro 35 giorni prima della partenza.

Dopo il saldo, penale di € 150 a persona.

Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.

VALLE D'AOSTA: TOUR DEI CASTELLI E VAL DI COGNE

1G. Pranzo libero ad **Aosta** e visita guidata del centro storico con i relativi siti archeologici. 2G. Al mattino visita dell'incontaminata valle di **Cogne** e alle spettacolari cascate di **Lillaz**. Pranzo libero. Al pomeriggio visita al **castello di Sarre**. 3G. visita di **Gressoney** e al **Castel Savoia**. Prima del rientro pranzo in un tipico ristorante della zona.

21 / 23 maggio	come da programma	€ 295 in doppia	€ 360 in singola
----------------	-------------------	-----------------	------------------

La quota comprende: viaggio in pullman, due mezze pensioni in hotel, un pranzo in ristorante tipico il terzo giorno, ingresso ai siti archeologici di Aosta, ingresso e radioguide con auricolari ai castelli di Sarre e Savoia, guida per due giornate, assicurazione sanitaria e accompagnatore.

Partenza dal piazzale Funakoshi di Reggio Emilia alle ore 05.30.

Caparra € 100 a persona, saldo entro 30 giorni prima della partenza.

Dopo il saldo, penale di € 100 a persona.

Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.

TRA MAREMMA E TUSCIA: SIENA - CIVITA - BOLSENA - VULCI

1G. Pranzo libero, visita guidata di **Siena** al pomeriggio. 2G. Esplorazione del palazzo Farnese a **Caprarola**. Pranzo in ristorante. Al pomeriggio immersione nell'affascinante "**Giardino dei Tarocchi**" a Capalbio. 3G. Escursione al lago di **Bolsena** con pranzo al ristorante, e visita a **Civita di Bagnoregio**. 4G. L'ultimo giorno visita guidata di **Vulci**.

30 mag. / 2 giu.	come da programma	€ 395 in doppia	€ 455 in singola
------------------	-------------------	-----------------	------------------

La quota comprende: viaggio in pullman, tre mezze pensioni in hotel, due pranzi in ristorante il secondo e terzo giorno, radioguide con auricolari a Siena e Caprarola, ingressi al palazzo Farnese, duomo di Siena, giardino dei Tarocchi, Civita di Bagnoregio, Vulci, guida per quattro mezze giornate, assicurazione sanitaria e accompagnatore.

Partenza dal piazzale Funakoshi di Reggio Emilia alle ore 06.30.

Caparra € 100 a persona, saldo entro 30 giorni prima della partenza.

Dopo il saldo, penale di € 100 a persona.

Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.

CASTELLO DI ROCCA GRIMALDA E MUSEO DELLA MASCHERA

Il castello è una bella residenza nobiliare nel Monferrato, con la maestosa facciata occidentale, la cappella decorata a trompe l'oeil. Visita guidata delle sale interne e del giardino recentemente restaurato. **Pranzo speciale** con piatti della zona, in una tipica trattoria. Al pomeriggio visita con la guida al tradizionale "**Museo della Maschera**".

Domenica 31 gennaio	come da programma	€ 65	a persona
---------------------	-------------------	------	-----------

La quota comprende: viaggio in pullman, ingresso e guida al castello, giardino e museo della maschera, pranzo con antipasto, primo, secondo, dolce, acqua, vino e caffè in trattoria (possibilità di assaggiare la tipica zuppa Preibuiera), accompagnatore.

Partenza dal piazzale Funakoshi di Reggio Emilia alle ore 07.00.

Saldo entro 20 giorni prima della partenza.

A meno di 10 giorni dalla partenza, non si effettuano rimborsi.

Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.



VILLA TORRE ALLEGRIANI ALLA SCOPERTA DELL'AMARONE

Gioiello del Cinquecento, si deve soprattutto alla volontà e all'intuizione di Giulio della Torre, un intellettuale di grande cultura. Luogo pensato per la pace del corpo e dell'anima. Circondata dai vigneti della **Valpolicella**, dopo la visita andremo in una tradizionale cantina della zona per assaporare la storia di questo grande vino nobile l'Amarone.

Domenica 21 febbraio	come da programma	€ 60	a persona
La quota comprende: viaggio in pullman, ingresso e guida alla Villa Allegrini, degustazione di vino e assaggi culinari, accompagnatore. Partenza dal piazzale Funakoshi di Reggio Emilia alle ore 07.30. Saldo entro 20 giorni prima della partenza. A meno di 10 giorni dalla partenza, non si effettuano rimborsi. Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.			

MERCATO DI FORTE DEI MARMI E PRANZO DI PESCE

Una bella giornata dedicata al **"Marzo Donna"**. Il mercato di Forte nasce con l'intento di innovare in qualità, pregio e calore il rinomato mercato della rotonda. Prodotti che spaziano dall'artigianato fiorentino delle ceramiche, ai famosi ricami alle migliori "griffe" d'abbigliamento. Pranzo di pesce e nel pomeriggio passeggiata sul lungomare.

Mercoledì 10 marzo	come da programma	€ 70	a persona
La quota comprende: viaggio in pullman, pranzo completo di pesce (antipasto, due primi, fritto misto, sorbetto, acqua e vino), accompagnatore. Partenza dal piazzale Funakoshi di Reggio Emilia alle ore 07.00. Saldo entro 20 giorni prima della partenza. A meno di 10 giorni dalla partenza, non si effettuano rimborsi. Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.			

VILLA REALE A MONZA

Altra iniziativa dedicata al **"Marzo Donna"**. Il sito voluto da Maria Teresa d'Austria, è adagiato ai piedi dei colli brianzoli, ha magnifiche sale a doppia altezza, con decorazioni sulle volte e sulle pareti, specchiature a finto marmo, ricchi lampadari e pavimenti. Pranzo libero, nel pomeriggio visita libera del centro storico di **Monza**.

Domenica 21 marzo	come da programma	€ 55	a persona
La quota comprende: viaggio in pullman, ingresso con guida alla Villa Reale, accompagnatore. Partenza dal piazzale Funakoshi di Reggio Emilia alle ore 07.00. Saldo entro 20 giorni prima della partenza. A meno di 10 giorni dalla partenza, non si effettuano rimborsi. Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.			

PASQUETTA AL LAGO DI MASSACIUCCOLI E VILLA MARLIA

Il lago di Massacciucoli è una vera e propria riserva d'arte cultura e natura. Bella passeggiata sulla passerella in legno dell'**oasi Lipu**, totalmente immersi nella vegetazione del bacino. Pranzo tipico all'antico **"Casale Toscano"**. Nel pomeriggio visita di **"Villa Marlia"** illustre dimora storica, con giardini meravigliosi contornati dalle camelie.

Lunedì 5 aprile	come da programma	€ 75	a persona
La quota comprende: viaggio in pullman, ingresso a Villa Marlia con gli interni e il parco delle camelie, pranzo completo con vino e acqua, accompagnatore. Partenza dal piazzale Funakoshi di Reggio Emilia alle ore 06.30. Saldo entro 20 giorni prima della partenza. A meno di 10 giorni dalla partenza, non si effettuano rimborsi. Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.			



FIRENZE E IL SOMMO POETA DANTE ALIGHIERI

Per omaggiare i 700 anni dalla scomparsa del Maestro effettueremo la visita guidata al **Museo casa di Dante** a Firenze. Pranzo libero in centro. Al pomeriggio possibilità di visitare liberamente il centro storico, alcuni giardini in fiore dalla vista panoramica, con l'accompagnatore Uisp.

Domenica 18 aprile	come da programma	€ 50	a persona
La quota comprende: viaggio in pullman, ingresso e guida al museo Casa di Dante, accompagnatore. Partenza dal piazzale Funakoshi di Reggio Emilia alle ore 06.30. Saldo entro 20 giorni prima della partenza. A meno di 10 giorni dalla partenza, non si effettuano rimborsi. Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.			

LA FESTA DEL PESCE DI CAMOGLI

Andremo a Camogli per la tradizionale e amatissima **"Sagra del Pesce"**. Famosa per il suo ottimo pesce e per l'impressionante maxi padella impiegata, assicurato lo spettacolo ma soprattutto una buonissima frittura di pesce. Possibilità di fare una passeggiata nei dintorni o di prendere il battello fino a San Fruttuoso.

Domenica 9 maggio	come da programma	€ 45	a persona
La quota comprende: viaggio in pullman, accompagnatore. Partenza dal piazzale Funakoshi di Reggio Emilia alle ore 07.00. Saldo entro 20 giorni prima della partenza. A meno di 10 giorni dalla partenza, non si effettuano rimborsi. Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.			

PARCO SIGURTÀ E CASTELLARO LAGUSELLO

Al parco **Sigurtà** flora lussureggiante e radiosa, nel mese di maggio si vedranno due bellissime fioriture, quella degli iris e quella più conosciuta delle rose. Pranzo libero. Nel pomeriggio visita di **Castellaro Lagusello** uno dei borghi più belli d'Italia, con un'atmosfera unica. Visita di Villa Arrighi e parco Virgilio con il caratteristico lago a forma di cuore.

Sabato 15 maggio	come da programma	€ 55	a persona
La quota comprende: viaggio in pullman, ingresso al parco Sigurtà, ingresso a Villa Arrighi e parco Virgilio a Castellaro Lagusello, accompagnatore. Partenza dal piazzale Funakoshi di Reggio Emilia alle ore 07.30. Saldo entro 20 giorni prima della partenza. A meno di 10 giorni dalla partenza, non si effettuano rimborsi. Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.			

LE DUE PERLE DEL LAGO MAGGIORE: ISOLA BELLA E MADRE

Le due Regine Borromeo del lago maggiore, **Isola Bella** splendida visita artistico culturale al Palazzo Borromeo e al meraviglioso giardino terrazzato. Pranzo libero. **Isola Madre** per esplorare l'incantevole giardino botanico con una collezione incredibile di piante provenienti da tutti gli angoli del mondo.

Sabato 22 maggio	come da programma	€ 75	a persona
La quota comprende: viaggio in pullman, battello per le due isole, ingresso al palazzo Borromeo all'isola Bella, ingresso al giardino botanico all'isola Madre, guida per le visite, accompagnatore. Partenza dal piazzale Funakoshi di Reggio Emilia alle ore 06.30. Saldo entro 20 giorni prima della partenza. A meno di 10 giorni dalla partenza, non si effettuano rimborsi. Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.			





UISP

sportpertutti

Comitato di Reggio Emilia




il movimento è
la migliore
medicina


Ginnastica a domicilio

Per attivare il corpo e la mente e allontanare la solitudine

La Ginnastica a Domicilio è dedicata alle persone anziane che hanno difficoltà motorie o rischiano di cadere nel circolo vizioso della sedentarietà e della solitudine.

Un programma di esercizi e attività personalizzate svolte a casa propria con lo scopo di riattivare la persona da un punto di vista motorio, ma anche mentale.

Perché il movimento è la migliore medicina per combattere la solitudine!

COSA TI OFFRE UISP:

-  10 incontri individuali di 60 minuti a casa
-  Un programma personalizzato di esercizi motori
-  La competenza di un tecnico-educatore Uisp Laureato in Scienze Motorie
-  Un percorso post Ginnastica a Domicilio per non perdere le buone abitudini



INFO: Per informazioni: Evelyn Iotti, 0522 267203 - e.iotti@uispre.it

UISP Comitato Territoriale di Reggio Emilia APS, via Tamburini, 5, RE | Tel. 0522 267211 www.uisp.it/reggioemilia

SEGUICI SU:    

ATTIVITÀ RIVOLTE AI SOCI UISP