



# Ritrovati

Scopri Parma & dintorni (a piedi e in bicicletta)

**UISP**  
sportpertutti  
Comitato di Parma



**Parma com'è e com'era:**  
natura, storia e solidarietà  
(appuntamento in città)



**Dalla Bassa alla collina**  
escursioni alla scoperta del territorio  
(appuntamento fuori porta)

## Calendario 2019

### Domenica 31 marzo

#### Vivicittà 36esima edizione - Parco Boschi di Carrega

Percorso con Guida Escursionistica Ambientale alla scoperta della natura e della storia del Parco, in occasione di Vivicittà, la grande manifestazione UISP in contemporanea su tutto il territorio nazionale.

Ritrovo dalle ore 8.00 a Sala Baganza, presso il centro sportivo Joker Center. Costo adulto con gadget (ad esaurimento) e ristoro: 5€ (3€ solo ristoro); costo bambino con gadget (ad esaurimento) e ristoro 3€ (1€ solo ristoro). Attività limitata a 25 persone max. È gradita la prenotazione con email a segreteria@uispparma.it. Pagamento in loco.

### Sabato 6 aprile

#### I canali di Parma

Una camminata di circa 4,5 Km, seguendo all'inizio il corso ancora visibile del canale Comune. Passeremo dalla Cittadella, per il Canale Maggiore (Via Farini e Vicolo delle Asse (da Via Cavour). Arrivo al Parco del Naviglio. Merenda finale.

Ritrovo ore 15.00 Parco del Dono, Via Montebello. La camminata sarà accompagnata dal prof. Danilo Amadei. Iscrizione: 2 €.

### Giovedì 25 aprile

#### Pedalata resistente

Una pedalata per ricordare i valori della Costituzione a cui UISP si ispira, rendendo lo Sport Pertutti a misura di ciascuno, nessuno escluso. All'arrivo in Fattoria sono previsti concerti, laboratori, teatro, market, giochi, street food e tanto altro ancora...

Ritrovo ore 12.00 in Via Garibaldi, di fronte al monumento al Partigiano. Arrivo in Fattoria di Vighelfo. Iscrizione gratuita, omaggio ai partecipanti.

### Sabato 27 aprile

#### 70 anni e più di UISP: come la nostra Costituzione

Tra Via Petrarca e Vicolo del Correggio: qui la prima sede dell'UISP (fondata il 17 agosto 1948). Passeremo poi nel Parco Ducale, partenza o arrivo di molte corse in bicicletta. In Vicolo Santa Maria, in un lato dell'Ospedale Vecchio, si spostò la sede UISP nel 1954; Borgo Piccinini è invece il luogo dove si organizzò la sezione degli arbitri nel 1966. Infine passeremo per Viale Bassetti, sede storica UISP fino all'ultimo spostamento in via Testi. Arrivo in Cittadella.

Ritrovo ore 15.00 all'incrocio tra Via Petrarca e Borgo del Correggio. Percorso di circa 2,5 Km. Merenda finale. La camminata sarà accompagnata dal prof. Danilo Amadei. Iscrizione 2 €.

### Sabato 4 maggio

#### Nei luoghi belli della solidarietà dell'Oltretorrente

Dall'Ospedale del Quartiere, a San Giuseppe e al vicino Ospizio degli Esposti; dall'Annunciata e da Borgo Catena (dove è stata costituita la prima cooperativa sociale 46 anni fa), all'Oratorio delle Luigine (dove ci sono la mensa, le docce e le pettinatrici della Caritas); fino ad arrivare alla sede dell'Anmic (sede di una bella mostra sulle lotte per i diritti dei disabili) e al nuovo parco di Villa Parma (ora Asa Ad Personam).

Ritrovo ore 15.00 davanti all'Ospedale Vecchio. Merenda finale. La camminata sarà accompagnata dal prof. Danilo Amadei. Iscrizione: 2 €.

### Sabato 25 maggio

#### Attraverso il naviglio scopriamo l'Abbazia di Valserena

Pedalata di circa 5 Km verso l'Abbazia di Valserena con visita allo CSAC e mostra sul '68. In collaborazione con Associazione amici della biblioteca di San Leonardo e Laboratorio Famiglie San Martino.

Ritrovo ore 15.00 Parco Nord Entrata via Del Naviglio. Merenda finale. Iscrizione: 2 €.

### Sabato 22 giugno

#### Guadagnare Salute



Camminata in collaborazione con il dipartimento AUSL di Parma tra la Cittadella e le aree verdi nei dintorni. La camminata di 6 km vedrà il coinvolgimento di Associazioni come la Va Pensiero e sarà molto partecipata. Cammineremo tutti e tutte insieme, raggiungendo dapprima il Parco Bizzozzero e poi l'Area di riequilibrio Ambientale e le aree verdi nelle zone interne di via Pastrengo, prima di tornare in Cittadella.

Ritrovo ore 8.00 all'interno del Parco della Cittadella (di fronte alla fontana principale). Partenza ore 8.30. Durata del percorso: circa 90 minuti. Piccolo rinfresco finale con il contributo di Coop.

### Domenica 14 aprile

#### Camminata Resistente... Aspettando il 25 Aprile.

Camminata organizzata da Libero Cammino e dalle sezioni ANPI di Medesano e Noceto, in collaborazione con UISP Parma. Percorso storico-resistenziale da Felegara verso S. Andrea, passando per la costa di Bago e l'ex poligono di tiro di Ramiola. Durante il cammino, chiunque sia a conoscenza di notizie e aneddoti potrà condividerli.

Ritrovo: ore 9.30 presso Piazza Poppiana, Felegara. Percorso di circa 5 ore, 9 km, con dislivello 250 mt., con difficoltà "T" (Turistico), ma che richiede buona resistenza fisica. Ore 12 pranzo al sacco presso la Baia degli Alpini a Ramiola, Parco Rio Manganello. Ore 14.30: rientro a Felegara. Si consigliano scarpe e abbigliamento adeguati (copricapino in caso di sole). In caso di maltempo l'escursione sarà annullata.

### Sabato 18 maggio

#### Lungo il Taro da Ozzano a Fornovo

Camminata alla ricerca dei primi tesori fioriti nel Parco del Taro, sui terrazzi fluviali che ospitano anche una ricca fauna (lepri, volpi, lupi, cinghiali, caprioli...). Gli animali avranno lasciato qualche traccia del loro passaggio?

Ritrovo: ore 15.00 all'area parcheggio Parco del Taro, presso Ozzano, in Strada Qualitico (dietro la fabbrica di Rodolfo). Percorso di 8 km su strada sterrata e terra battuta. Apertura finale. Iscrizione: 5€. La camminata sarà accompagnata da una Guida Ambientale Escursionistica.

### Domenica 9 giugno

#### Pedalata Resistente ANPI

In bicicletta fra amici, per conoscere il territorio, la memoria e la storia. Organizzato da ANPI Sezioni di Noceto e Medesano

Partenza: ore 9 presso il Comitato Anziani di Noceto (PR). Ritrovo ore 9.45 a San Lazzaro con ANPI Medesano. Percorso semplice, adatto a tutti. Al ritorno ristoro presso il Comitato Anziani.

### Sabato 15 giugno

#### Tramonto al Prinzera

Camminando verso il tramonto sul Monte Prinzera. Immersi in un mondo quasi lunare, circondati da rocce vulcaniche antichissime, visiteremo il "giardino botanico" e saliremo sulla cima del monte, mentre il sole farà capolino all'orizzonte e paesaggi mozzafiato si apriranno ai nostri occhi.

Ritrovo ore 18.00 al parcheggio del vecchio ostello di Boschi di Bardone (ora ristorante da Rino). Percorso di 5 km su strada sterrata e sentieri in terra battuta; necessità di scarpe e scarponcini da trekking. Apertura finale. Iscrizione: 5 €. La camminata sarà accompagnata da una Guida Ambientale Escursionistica.

### Sabato 13 luglio

#### Paleo camminata serale sullo Stirone

Cammineremo su antichissimi fondali marini, venuti alla luce dall'incessante scorrere del torrente Stirone, ricchi di fossili, immersi in una natura ricca e rigogliosa. Saremo accompagnati dai canti degli uccelli e dalla luce dorata del tramonto.

Ritrovo ore 18.00 al parcheggio del Centro Parco - Area Museo Paleontologica, San Niccolò - Salsomaggiore Terme. All'arrivo aperitivo all'Agriturismo Le Cascatelle. Percorso di 8 km su strade e sentieri in terra battuta. Iscrizione: 5 €. La camminata sarà accompagnata da una Guida Ambientale Escursionistica.

### Sabato 19 ottobre

#### I colori del bosco - Boschi di Carrega

I caldi colori dell'autunno ci accompagneranno in questa tranquilla camminata e il bosco ci accoglierà con la sua veste più poetica, tra laghetti e prati nascosti, regni contrastati di piccoli e grandi animali.

Ritrovo ore 15.00 all'ingresso di Via Convittorio. Percorso 7 km su strade e sentieri in terra battuta (o asfalto e ghiaia). Apertura finale. Iscrizione: 5 €. La camminata sarà accompagnata da una Guida Ambientale Escursionistica.

### Domenica 3 novembre

#### I Boschi di Maria Luigia - Torricella di Sissa

Una passeggiata in riva al Po, fra boschi naturali e aree coltivate, per ammirare i paesaggi caratteristici del grande Fiume.

Ritrovo parcheggio Ristorante Lo Stirone a Coltaro di Sissa (PR) ore 9.00; partenza ore 9.30. Apertura finale. Iscrizione: 5 €. La camminata sarà accompagnata da una Guida Ambientale Escursionistica.

## INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI

L'attività è riservata ai soci UISP (\*), tranne Vivicittà, Pedalata Resistente, 70 anni e più..., Guadagnare Salute, Camminata resistente... e Pedalata Resistente ANPI: giornate aperte a tutti, con iscrizione gratuita.

È consigliata la preiscrizione: inviare un'email a [segreteria@uispparma.it](mailto:segreteria@uispparma.it) (entro il mercoledì precedente all'iniziativa).

Le date e gli orari sono indicativi: per motivi organizzativi la programmazione potrà subire variazioni. Per restare sempre aggiornati sulle iniziative in programma consultare la pagina <http://www.uisp.it/parma/pagina/ritrovati>.

(\*) Per diventare Socio è possibile iscriversi nella sede di Via Testi 2 a Parma, o telefonare allo 0521 707411 (mar - ven: 8.30 - 13.00; lun - mer e ven: 15.00 - 18.00).

