

**OTTOBRE 2020**

**GRUPPO  
ESCURSIONISTI  
MONTAGNA**

UISP Comitato Territoriale  
di Reggio Emilia  
Via Tamburini 5  
42122 Reggio E.  
Tel. 0522/267211

**E mail:**

[legamontagna@uispre.it](mailto:legamontagna@uispre.it)

**Sito:**

[www.uisp.it/reggioemilia](http://www.uisp.it/reggioemilia)

*Riservato ai soci Uisp*

# uispre

## NOTIZIARIO

**Gli appuntamenti di questo numero:**

**Domenica 8 Novembre**



**SENTIERO SPALLANZANI**  
Reggio – Scandiano

**Domenica 22 Novembre**



**TREKKING IN CITTA' – FIRENZE**

**Domenica 29 Novembre**



**PRANZO SOCIALE**

## **TESSERAMENTO 2021**

*Ricordiamo ai nostri associati di rinnovare la tessera UISP per l'annata 2020/2021*

### **DOMENICA 8 NOVEMBRE - SENTIERO SPALLANZANI: da REGGIO a SCANDIANO**

Nell'ultima escursione della stagione torniamo nella nostra provincia per percorrere la prima delle otto tappe del Sentiero Spallanzani, in realtà l'ultima ad essere inaugurata nell'autunno 2019 completando così i 135 km. del percorso che oggi congiunge la città a S. Pellegrino in Alpe, sul crinale tosco-emiliano.

Partendo dal parco cittadino di "Campo di Marte", in zona Ospizio, il percorso giunge al sentiero fluviale del Rodano, che fiancheggia per lungo tratto il torrente prima di arrivare al Canale di Secchia, una via d'acqua artificiale costruita dai Romani per portare l'acqua del fiume dentro alla città. Oltrepassata l'azienda agricola "Il Tralcio" (sosta con possibilità di acquisto di prodotti tipici) si prosegue per stradine di campagna entrando nel territorio del comune di Scandiano in prossimità di Fellegara. Il percorso ciclopedonale del Tresinaro ci porta fino a Scandiano.

Il ritorno, dopo il pranzo libero, sarà svolto con l'autobus di linea, che alla domenica sostituisce il treno locale, alle ore 15,23.

**Tempo di percorrenza:** 5h - **Difficoltà:** TE

**N.B.:** E' obbligatorio iscriversi per poter comunicare il numero degli occupanti dell'autobus e per acquistare il biglietto collettivo.

**Partenza:** ore 8,00 dal parco "Campo di Marte" (ingresso di via Cellini)

**Quota di partecipazione:** € 5,00 (da versare in loco)

**Iscrizioni:** presso UISP, entro mercoledì 4 novembre (Maurizio 0522 267209 - solo mattino)

**Accompagnatori:** Fabrizio Fornaciari (334 3957601) – Oscar Bassi (331 2498112)



## REGOLE COVID

Perdurando l'emergenza sanitaria, abbiamo l'obbligo di svolgere le nostre iniziative garantendo l'assoluta sicurezza dei partecipanti. Chiediamo pertanto ai nostri associati di rispettare alcune semplici regole:

portare sempre con sé la tessera UISP; dotarsi dei consueti dispositivi di sicurezza (mascherina e gel igienizzante); rispettare le norme di distanziamento in vigore. Nel caso di viaggio in pullman scaricare e compilare l'auto dichiarazione che invieremo o consegneremo alla partenza.

Un piccolo sacrificio per tornare finalmente insieme in serenità.

## DOMENICA 22 NOVEMBRE – TREKKING IN CITTA' a FIRENZE

Proseguendo nella tradizione dei trekking autunnali in città, quest'anno abbiamo scelto Firenze per una passeggiata in alcuni dei luoghi più belli del centro storico, accompagnati da un'esperta guida turistica.

Viaggeremo con il comodissimo treno ad alta velocità che arriva nella stazione di Santa Maria Novella, a pochi passi dal centro storico.



**Ritrovo:** ore 6,30 presso Stazione Mediopadana Alta Velocità; partenza treno ore 6,56

**Quota di partecipazione:** € 60,00

**Iscrizioni:** entro lunedì 19 ottobre presso UISP, con versamento della quota (Maurizio 0522 267209 – solo mattino). Numero limitato a 25 partecipanti

**Ritorno:** ore 16,55 dalla stazione di Santa Maria Novella

**Info:** Maurizio Musi (335 218420)

**PER OGNI ESCURSIONE SI RACCOMANDA DI INDOSSARE SCARPONCINI DA TREKKING E ABBIGLIAMENTO ADEGUATO ALLA STAGIONE**

## DOMENICA 29 NOVEMBRE – PRANZO DI FINE STAGIONE Parco Tegge di Felina

Dopo una stagione escursionistica breve e travagliata non vogliamo mancare la classica occasione conviviale per ritrovarci tutti insieme e per darci appuntamento ad una nuova annata che speriamo finalmente all'insegna della normalità. Sarà anche l'occasione per presentare in anteprima il programma della prossima stagione, caratterizzato da tante novità e alcuni recuperi di iniziative già programmate e purtroppo non realizzate.

Ci ritroveremo nell'ormai consueta sede del **Parco Tegge di Felina** per gustare piatti tipici e specialità montanare. L'appuntamento è per le **ore 12,30**.

### Menù

Antipasti

Primi piatti: tris di tortelli – risotto ai funghi

Secondi: arrosti misti

Contorni: insalata – patatine fritte e arrosto

Dolce, caffè, liquore

Il tutto innaffiato da buon Lambrusco e spumante.

**Quota di partecipazione:** euro 25,00 (da versare in loco)

**Prenotazioni:** entro sabato 21 novembre presso Uisp (Maurizio 0522 267209 – solo mattino)

***Vi aspettiamo numerosi!***



Inaugurazione sentiero "Loris Bonacini" – 27 settembre 2020





## ARTE E MOVIMENTO

I colleghi del settore Turismo Sociale Vi invitano a scoprire Bologna e Roma attraverso percorsi artistici imperdibili: nuove prospettive che arricchiscono il cuore e nutrono la creatività.

### BOLOGNA E MOSTRA SULL'IMPRESSIONISMO

Principalmente **Monet**, ma anche **Manet, Renoir, Degas, Corot, Sisley, Caillebotte, Morisot, Boudin, Pissarro e Signac** saranno gli indiscussi protagonisti della mostra Monet e gli Impressionisti. Un'occasione irripetibile per ripercorrere l'evoluzione del movimento pittorico più amato a livello globale.

**Data e quota:** Domenica 25 ottobre come da programma € 55 a persona

**La quota comprende:** viaggio in pullman, ingresso alla mostra con visita guidata e accompagnatore.

Partenza dal piazzale Funakoshi di Reggio Emilia alle ore 14.00.

A meno di 8 giorni dalla partenza, non si effettuano rimborsi.

Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.

**Il programma dettagliato presso gli uffici Uisp. [info@settoreturismo](mailto:info@settoreturismo) 0522 267265**



## LA ROMA DI CARAVAGGIO: I CAPITOLINI E GALLERIA PAMPHILJ

Roma offre sempre magici scorci per i visitatori. Nei tre giorni si percorrerà un tour guidato sulle orme del grande maestro Caravaggio, i suoi luoghi e le chiese con le opere più prestigiose, la galleria Doria Pamphilj per concludere con i Musei Capitolini, un percorso davvero unico attraverso una delle più grandi collezioni artistiche d'Italia.

**Date e quote:** 13 / 15 nov. come da programma € 395 in doppia € 455 in singola

**La quota comprende:** viaggio andata/ritorno con treno AV Frecciarossa, guida per due giornate, due mezze pensioni, ingresso ai musei capitolini e galleria Doria Pamphilj, trasferimenti in metropolitana, assicurazione sanitaria e accompagnatore.

Caparra € 100 a persona, saldo entro 20 giorni prima della partenza.

A meno di 15 giorni dalla partenza, penale di € 100 a persona.

Il viaggio sarà confermato al raggiungimento di 30 partecipanti.

**Il programma dettagliato presso gli uffici Uisp. [info@settoreturismo](mailto:info@settoreturismo) 0522 267265**



# FAMILY TRAINER

**DIRETTAMENTE A CASA TUA!**

Per coniugare gli impegni di tutti senza rinunciare al benessere.



**UISP**  
sportpertutti  
Comitato di Reggio Emilia

## CHI È?

È un tecnico sportivo, professionista del movimento che struttura gli allenamenti in base all'esigenze della famiglia, verifica e insegna l'esatta esecuzione del movimento.

Allenamenti privi di supervisione possono mettere a rischio il vostro stato di salute.

## COME FUNZIONA?

INDIVIDUI UNO SPAZIO ADATTO IN CUI POTER SVOLGERE L'ATTIVITÀ:

- In casa tua
- In giardino, in mansarda...

SCEGLI L'ATTIVITÀ

- Pilates, Yoga, Aerobica, Body Free, Ginnastica Posturale

CHIAMACI E PRENOTA

☎ 0522 267214 - 228

✉ familytrainer@uispre.it

IL FAMILY TRAINER

- Al primo incontro valuta le esigenze di ognuno e crea allenamenti su misura per tutti i partecipanti.
- Porta l'attrezzatura necessaria: Elastici, manubri, step, ecc.



Tutti gli attrezzi sono **sanificati** prima e dopo la lezione.



Non devi fare **nessun acquisto**

Affidati ai nostri **Family Trainer** prenditi cura di te e della tua famiglia.

**Allenamenti Mono-Bisettimanali (60 MINUTI)**

STARTER modulo da 12 **32,00** €/ora  
STANDARD modulo da 20 **30,00** €/ora

**Allenamenti Bisettimanali (60 MINUTI)**

EXPANSION modulo da 40 **25,00** €/ora



Il Family Trainer effettua anche lezioni individuali.

*Uisp.Re per Te!*



UISP Comitato Territoriale di Reggio Emilia APS, via Tamburini, 5 (RE).

Tel 0522 267214 - 228 [www.uisp.it/reggioemilia](http://www.uisp.it/reggioemilia)

[familytrainer@uispre.it](mailto:familytrainer@uispre.it)

