

2019



**UISP**  
sportpertutti

Comitato di Reggio Emilia  
Escursionismo e tempo libero

Programma escursioni  
e attività in ambiente

# CALENDARIO MONTAGNA

TUTTE LE INIZIATIVE SONO RIVOLTE AI SOCI



# Maverick

Food & People Pub

www.maverickpub.it



*Maverick è  
Sky Bar*

*Organizziamo Catering  
e Banqueting*

*Consegnamo in tutto  
l'appennino reggiano*

Viale E. Bagnoli 83, Castelnovo nè Monti (Reggio Emilia)

TEL 339 4121101 - EMAIL [info@maverickpub.it](mailto:info@maverickpub.it)

Per partecipare è necessario essere soci UISP e possedere la tessera valida per l'anno sportivo 2018/19 (in vigore dal 1 settembre al 31 agosto). La tessera costa €10,00 e viene rilasciata dal Comitato di Reggio Emilia e dalle associazioni sportive affiliate.

Per partecipare alle uscite organizzate dal GRUPPO ESCURSIONISTI MONTAGNA occorre prenotare telefonando al 0522 267211 e saldare entro il mercoledì precedente all'uscita. Per le attività organizzate dalle associazioni sportive affiliate, fare riferimento ai contatti riportati di seguito.



### A.S.D PASSI DA GIGANTE

Via della Canaletta, 3 - Villa Minozzo, Reggio Emilia  
Tel. Chiara 333 9874013 - Alessandro 340 2279205  
info@passidagigante.it - www.passidagigante.it



### ASD LE LIBELLULE & ORIZZONTI IN CAMMINO

Via Croci, 8 - Cella, Reggio Emilia  
Daniela tel. e WA: 339 5322488 - daniela.friggeri@alice.it  
FB: libellule asd/orizzonti in cammino



### GRUPPO ESCURSIONISTI MONTAGNA

Via Tamburini, 5 - Reggio Emilia  
Tel. 0522 267211 - Loris Bonacini 366 4587053  
legamontagna@uispre.it - www.uisp.it/reggioemilia



### ASD ALTRI PASSI

Tel. Omar Belloni 328 7412214 - senzaconfine77@yahoo.it  
Tel. Giovanni Costi 339 1614160 - Purokashiri@gmail.com  
Fb/ Altri PASSI - www.altripassi.org



SCOPRI  
I VANTAGGI  
PER I SOCI UISP  
E TUTTE LE  
INIZIATIVE  
PROMOSSE  
DAL COMITATO  
SUL SITO  
[www.uisp.it/reggioemilia](http://www.uisp.it/reggioemilia)

UISP - Comitato di Reggio Emilia:

Via Tamburini 5 | Reggio Emilia  
Orari: dal lunedì al venerdì  
8:30 - 13:00 | 15:00 - 18:30  
Sabato 9:00 - 12:30  
Chiuso mercoledì mattina.  
Tel. 0522 267211  
[www.uisp.it/reggioemilia](http://www.uisp.it/reggioemilia)

FOTO DI ANGELO BARIANI

*lafotolito*  
digitalprint 



BIANCO e NERO

01



COLORI

02



POSTER  
PANNELLI  
PVC

04

EDIZIONI RECOS

05



STUDIO GRAFICO

06

STAMPADIGITALE

RECOS srl - Via Romana, 42 - 42028 Poviglio - RE - Tel. 0522.966349 - [info@lafotolito.eu](mailto:info@lafotolito.eu)

## LEGENDA DEI GRADI DI DIFFICOLTÀ DEI PERCORSI PROPOSTI

**T**

### PERCORSO TURISTICO

Facile, su comodi sentieri o stradine con 2/3 h di percorrenza e dislivello 500-600 m.

---

**E**

### PERCORSO ESCURSIONISTICO

Medio, su sentieri più o meno segnalati con 5/6 h di percorrenza e dislivello 600-1000 m.

---

**EE**

### PERCORSO ESCURSIONISTICO PER ESPERTI

Difficile su terreno impegnativo con 7/8 h o più con dislivello di 1000-1200 m o più.

---

**CT**

### FACILE PEDALATA CICLOTURISTICA

Piste ciclabili con percorsi pianeggianti





**UISP**  
sportpertutti

Comitato di Reggio Emilia

**SOGGIORNI  
AVVENTURA**  
vacanze estive bambini e ragazzi



**GREEN SPORT  
BUSANATREK**  
(13-16 anni)

Sette giorni di giochi e sport  
in natura con un trekking di  
due giorni (un pernottamento  
in tenda e uno in rifugio)!

**GREEN SPORT BUSANA (7-12 anni)**

Una settimana di escursioni, torrentismo, giochi e sport in  
ambiente ospitati dall'albergo "Il Castagno"

**SPORT E DIVERTIMENTO  
NEL PARCO NAZIONALE DELL'APPENNINO  
TOSCO-EMILIANO  
PER UN'ESTATE INDIMENTICABILE!**

Turni di una settimana dal 29 giugno al 3 agosto 2019

Info e iscrizioni: UISP REGGIO EMILIA [progettieducativi@uispre.it](mailto:progettieducativi@uispre.it) | tel. 0522 267214 - 228 | [www.uisp.it/reggioemilia](http://www.uisp.it/reggioemilia)



# GENNAIO

QUANDO	COSA	DOVE	LIVELLO
SAB 05	La befana vien di notte (notturna)	Febbio	T
DOM 06	Passo di Pradarena	Passo di Pradarena	T
SAB 12	Sabato del viandante e cammini d'inverno: Giandeto e dintorni	Casina	T
DOM 13	Ciaspolata al Ventasso	Lago Calamone Ramiseto	T
SAB 19	Lunata del nuovo anno (notturna)	Febbio	T
DOM 20	Ciaspolare in Appennino: tour ad anello nei laghi cerretani	Passo del Cerreto	E
DOM 20	Presentazione programma escursionistico 2019	Circolo ARCI Coviolo	E
DOM 27	Crinale in ciaspole	Febbio	E





# FEBBRAIO

QUANDO	COSA	DOVE	LIVELLO
DOM 03	Ciaspolata diurna ai Prati di Sara	Monteorsaro di Villa Minozzo	T
SAB 09	Ululando alla luna con Canis Lupus Italia (notturna)	Febbio	T
SAB 09	Sabato del viandante e cammini d'inverno: Barazzone e dintorni Casina		T
DOM 10	Ciaspolata alle Fonti di S. Lucia	Cervarezza	E
SAB 16	Lunata di Civago (notturna)	Civago di Villa Minozzo	T
DOM 17	Ciaspolare in Appennino: divagazioni fra "00" e Cavalbianco	Ligonchio	E
DOM 24	Crinale in ciaspole	Febbio	E
DOM 24	Ciaspolata sui Monti Lessini	Monti Lessini - Verona	E





# MARZO

QUANDO	COSA	DOVE	LIVELLO
SAB 02	Sabato del viandante e cammini d'inverno: Montalto e dintorni	Vezzano sul Crostolo	T
SAB 02	La luna nera (notturna)	Monteorsaro	T
DOM 03	Cà del Vento (mezza giornata)	Borzano di Albinea	T
DOM 03	Ciaspolare in Appennino: Febbio e Pianvallese	Villa Minozzo	E
SAB 09	Stellata di Civago (notturna)	Civago di Villa Minozzo	T
DOM 10	Isola Palmaria per la giornata della donna	La Spezia	T
DOM 10	Ciaspolata al Ventasso	Lago Calamone Ramiseto	T
SAB 16	Sabato del viandante e cammini d'inverno: Migliara, Beleo e dint.	Casina	T
SAB 16	Tramonto dal Passo di Pradarena (notturna)	Passo di Pradarena - Ventasso	T
DOM 17	Le Valli di Novellara (mezza giornata)	Novellara	T
SAB 23	Lunata di Monteorsaro	Monteorsaro	T
DOM 24	Val Trebbia	Bobbio - Piacenza	T

benessere  
 riposo  
 dormire  
 tranquillità  
 vigore  
 passione  
 postura  
 materassi  
**cuscini**  
**sistemi**  
 sognare  
 passione  
**per il riposo**  
 vigore  
 qualità  
 energia  
 reti  
 materassi  
 sognare  
 cuscini  
**materassi**  
 passione  
 qualità  
 dormire  
 reti  
 benessere  
 vigore  
**reti**



**TESSIL**  
**BED**

MADE IN ITALY

**TESSILBED** • Quattro Castella - Via G. di Vittorio, 4 Puianello - RE - Cell. 324.9092669 - info@tessilbed.it



# APRILE

QUANDO	COSA	DOVE	LIVELLO
DOM 07	Sul sentiero Matilde verso la Val D'Asta	Toano	T
DOM 07	Anello di Monte Stagno	Lago di Suviana - Bologna	T
DOM 14	Risveglio di primavera: di borgo in borgo alla Pieve di Sasso	Neviano degli Arduini - Parma	T
DOM 14	Casalmaggiore-Motta Baluffi (cicloturismo)	Cremona	CT
SAB 20	Lunata di Pietra (notturna)	Castelnovo nè Monti	T
DOM 28	Sentieri partigiani del Monte Baldo	San Zeno - Verona	E





# MAGGIO

QUANDO	COSA	DOVE	LIVELLO
DOM 05	Escursione delle orchidee	Casina	T
DOM 12	Risveglio di Primavera: sotto la Pietra tra misteri e antiche sorgenti	Castelnovo ne' Monti	E
DOM 12	La via Francigena in Lunigiana	Pontremoli - Massa Carrara	E
SAB 18	Ecolunata al mare dell'isola di Palmaria	Porto Venere - La Spezia	T
SAB 18	Lunata al Monte Prampa (notturna)	Monteorsaro	T
SAB 18	Luna piena ai castelli	Canossa	T
SAB 18	Dogtrekking al Monte Ventasso	Ventasso	E
da GIO 23 a DOM 26	del 23 al Toscana Etrusca, Orbetello e la Maremma	Orbetello - Grosseto Toscana	E
SAB 25	Risveglio di Primavera: sul grande Fiume, l'Isola degli internati	Gualtieri	T



# GIUGNO

QUANDO	COSA	DOVE	LIVELLO
DOM 02	Camminata non competitiva Monte Prampa Trail	Villa Minozzo	T
DOM 02	Camminata enogastronomica dei Colli Matildici	Montecavolo	
DOM 09	Vignola e la Valle del Panaro (cicloturismo)	Modena	CT
SAB 15	Lunata al Monte Cisa (notturna)	Monteorsaro	T
DOM 16	Con l'Appennino nel cuore: scampoli di Garfagnana	Fivizzano MS	E
da DOM 23 a SAB 29	Settimana verde nelle Dolomiti	Luogo da definire	E
DOM 30	Con l'Appennino nel cuore: Val d'Asta, Vallestrina e Ravino	Villa Minozzo	T



EQUIPE  
**SPORTIVA**

 **UISP**  
sportpertutti  
Comitato di Reggio Emilia

# PASSIONE PER LO SPORT E TANTA PROFESSIONALITÀ

Da oltre 25 anni il nostro obiettivo è rimasto lo stesso: offrire a tutti la possibilità di fare sport per godere dei benefici fisici, sociali e culturali che ne derivano, mettendo a disposizione professionalità, passione e competenza.

**NUOTO • FITNESS • DANZA  
ARTI MARZIALI • CAMPI GIOCO  
SETTORE AGONISTICO**

[WWW.EQUIPESPORTIVA.IT](http://WWW.EQUIPESPORTIVA.IT)





# LUGLIO

QUANDO	COSA	DOVE	LIVELLO
SAB 06	Camminata sotto le stelle (notturna)	San Polo d'Enza	T
DOM 07	Con l'Appennino nel cuore: tra Lagastrello e Monte Acuto	Ramiseto	E
VEN 12	Cena solidale	Luogo da definire	T
SAB 13	Aperitivo al tramonto sulla croce del Cusna con luna piena	Febbio	T
SAB 13	Luna piena sui calanchi	Vezzano sul Crostolo	T
DOM 14	Trekking sul Monte Casarola	Succiso	E
SAB 20	Pedalata sotto le stelle Reggio-Vezzano	Vezzano sul Crostolo	CT
DOM 21	Con l'Appennino nel cuore: Passo del Cerreto, Sentieri Sassalbini	Sassalbo - Massa Carrara	E
SAB 27	Camminata sotto le stelle (notturna)	Giandeto	T





# AGOSTO

QUANDO	COSA	DOVE	LIVELLO
DOM 04	Con l'Appennino nel cuore: la Val d'Ozola e la Faggeta	Ligonchio	E
SAB 10	Una stella cadente! Esprimi un desiderio (notturna)	Villa Minozzo	T
DOM 11	Sagra del Tiroto Sermide-Felonica (cicloturismo)	Mantova	CT
SAB 17	Aperitivo al tramonto sulla croce del Cusna	Febbio	T
SAB 24 e DOM 25	Con l'Appennino nel cuore: dalle radici al Lago Santo	Appennino Modenese	E





# SETTEMBRE

QUANDO	COSA	DOVE	LIVELLO
<b>DOM 08</b>	XV Mangialonga della Valle del Dolo	Civago di Villa Minozzo	<b>T</b>
<b>SAB 14</b>	Lunata di Settembre (notturna)	Luogo da definire	<b>T</b>
<b>DOM 15</b>	Pizzighettone, città murata Parco Adda (cicloturismo)	Cremona	<b>CT</b>
<b>SAB 21</b>	Anello di Vologno e Pianello di Secchia	Castelnovo nè Monti	<b>T</b>
<b>DOM 29</b>	Le trincee del Monte Creino in Val Gresta	Chienis - Trento	<b>E</b>





# RUNNING PARK liberi di correre

alla scoperta dell'Appennino Reggiano

**NATURA, STORIA, TRADIZIONE, MISTERO**

**CENTINAIA  
DI KM TRACCIATI**



**PER PODISTI E TRAIL RUNNERS  
DI TUTTI I LIVELLI**



**TOUR PODISTICI CON  
ACCOMPAGNATORE**



Tutte le informazioni, i percorsi e gli eventi li trovi sul sito:

**[WWW.RUNNINGPARK.IT](http://WWW.RUNNINGPARK.IT)**

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



# OTTOBRE

QUANDO	COSA	DOVE	LIVELLO
DOM 06	Dogtrekking a Bergogno	Bergogno	T
SAB 12	Lunata d'autunno (notturna)	Luogo da definire	T
DOM 13	Le castagne di Badia Moscheta	Fiorenzuola FI	T
DOM 13	Da Civago a Fontanaluccia.	Civago	E
SAB 26	Foliage nel biellese Oasi di Zegna-riserva Oropa	Oropa - Biella	E
DOM 27			
SAB 26	Cammino tra i boschi e i castagneti sotto il Monte Tesa	Canossa	T
DOM 27	Spritz & Trek	Villa Minozzo	T



# TRE CALENDARI PER UN ANNO DI ATTIVITA' IN NATURA!

Tutto il  
programma delle  
attività podistiche,  
ciclistiche e delle  
escursioni da gennaio  
a dicembre  
2019!

PRENDI LE TUE COPIE  
CARTACEE IN COMITATO O SCARICALI  
ONLINE SU: [www.uisp.it/reggioemilia](http://www.uisp.it/reggioemilia)





# NOVEMBRE

QUANDO	COSA	DOVE	LIVELLO
SAB 09	Lunata di Novembre (notturna)	Luogo da definire	T
DOM 10	Tempo di passeggiate nei monti: il Penna	Villa Minozzo	E
DOM 10	Trekking in città "Ravenna Bizantina"	Ravenna	T
DOM 17	Tempo del raccolto, castagneti e sentieri dimenticati	Castelnovo nè monti	E
DOM 24	Pranzo sociale	Luogo da definire	





# DICEMBRE

QUANDO	COSA	DOVE	LIVELLO
DOM 01	Un salto al mare!	Spezia	E
SAB 14	Lunata medioevale al Castello di Carpineti (notturna)	Carpineti	T
SAB 14	Un salto nella bassa!	Novellara	T
GIO 26	Pradarena in ciaspole	Passo di Pradarena Ventasso	T
MAR 31	Capodanno sotto il Gigante (notturna)	Febbio	T



*Amiamo la*  
*Lavoriamo con la* **MONTAGNA**

**REGGIO GAS**  
**VERDE & BLU**



**TREKKING**  
**ALPINISMO**  
**AVVENTURA**  
**SCI ALPINISMO**  
**SCI DA FONDO**

VIA CECATI, 3/1  
REGGIO EMILIA  
TEL. E FAX 0522.431875  
INFO@REGGIOGAS.IT  
WWW.REGGIOGAS.IT

# Freschi e Naturali

 Nonna  
LEA

*il sapore della tradizione*

