

UISPERLAGRANDETA'

PEDALATE, ESCURSIONI E GITE IN MONTAGNA

Nostro scopo è quello di offrire delle proposte adatte a tutte le età in cui l'importante è muoversi non solo con il corpo ma anche con i sensi andando a conoscere, vedere, assaggiare tutto ciò che i vari itinerari ci possono offrire per essere protagonisti dei luoghi che stiamo attraversando.

Programma di attività per il 2009:

FEBBRAIO - MARZO '09

Dom. 08/03 L'Uisp del Trentino "festeggia" la conclusione del suo Congresso nella giornata della donna.
Tutti al "Rifugio Marchetti" del **Monte Stivo** con partenza a piedi da Santa Barbara di Ronzo Chienis.
Grande pranzo al rifugio.



APRILE '09

Lun. 13/4 "INCONTRIAMOCI AL BICI GRILL EUROPA DI NOMI-CALLIANO"
Partenza da Trento e da Rovereto su pista ciclabile h 12.30.
Al bici-grill "Brindisi di inizio stagione".

dom. 19/4 TUTTI AL VIVICITTA' DI ROVERETO
Partenza in bici da Trento h 8.30. Per chi vuole partecipazione alla Maratonina e Pasta Party.
Ore 15.00 ritorno in bici per Trento.

Dom. 26/4 AL MONASTERO DI SABIONA DI CHIUSA VAL D'ISARCO
Treno + bici
In treno: Trento - Bressanone e Ora - Trento
In bici: (km.55) su ciclabile Bressanone - Chiusa, Bolzano -
Rientro in treno da Ora.



MAGGIO '09

dom. 03/5 VALLE DEL LENO - EREMO DI S. COLOMBANO (km. 56)
Partenza da Trento su ciclabile h 8.30.
Arrivo a S.Colombano e visita alla chiesetta.
Si prosegue poi lungo la Valletta del Leno.
Ritorno a Rovereto attraverso Trambilleno.
Visita al centro storico della città e rientro a Trento su pista ciclabile.

PEDALATA UISP - SPI CGL

ven. 15/5 **IN BASSA ATESSINA E IN ROTALIANA (km. 60)**
Partenza da Trento in bici h 8.30.
Visita alla cascata e al castello di Salorno.
Pranzo a Cadino a base di "tagliatelle agli asparagi"
Visita alla cantina "Rotary" di Mezzocorona e ritorno a Trento.

Dom. 24/5 **AL PARCO MINERARIO DI CALCERANICA**
Treno + bici
Partenza da Trento e arrivo a Pergine (in treno).
Itinerario in bici: Pergine, Castello, discesa lago di Levico, Parco delle Locchere, Caldonazzo, Calceranica e visita al Parco Minerario con escursione nelle gallerie (visita al museo con guida).
Ritorno a Trento con treno.

PEDALATA UISP - SPI CGL

ven. 29/5 **AL PARCO DI SICURTA' E LUNGO IL MINCIO FINO A MANTOVA**
in bici (km. 48) e in pullman per chi non dispone di bici
Pullman + bici
Partenza in Pullman da Trento h 7.30.
Ritorno a Trento con pullman.

GIUGNO '09

Sab. 06/6 **DA PASSO CARLO MAGNO ALLE CASCADE DEL NARDIS, E LUNGO LA VAL RENDENA**



FINO ALLE TERME DI COMANO (km. 50)

Pullman + bici
Partenza da Trento in pullman h 8.30. Arrivo a Pss. C.Magno
Itinerario in bici : da Passo Carlo Magno al bivio di Carisolo per le cascate del Nardis.
Ritorno a Pinzolo e lungo la ciclabile della Val Rndena e del Banale si si scende al parco delle Terme di Comano.
In pullman da Comano a Trento.

dom 14/06 **IN VENETO (km.63)**
Treno + bici
Partenza in treno da Trento e arrivo a Bassano.
In bici: da Bassano a Marostica e visita del centro storico.
Ritorno a Bassano, pausa per il pranzo e lungo il Brenta ciclabile fino a Borgo Valsugana.
In treno Borgo-Trento.

Lun. 22/06 **BICI E "CROCIERA" SUL LAGO DI GARDA (km.50)**
Partenza da Rovereto in bici su ciclabile fino a Malcesine.
Inbarco su piroscampo e "crocerina" fino a Riva del Garda.
Rientro in bici da Riva a Rovereto.

26-27-28/06 **GRANDE TOUR BODENSEE LAGO DI COSTANZA**
Pullman + bici
Programma a parte.

LUGLIO '09

Sab. 11/07 DALLA MARMOLADA ALLA VAL DI FIEMME (km 45)

Pullman + bici

Partenza da Trento in pullman fino a *Passo Fedaia*.

In bici: giro del Lago di Fedaia e discesa su Canazei, imbocco ciclabile sino a Molina di Fiemme. Visita alle cascate.

In pullman da Molina di Fiemme a Trento.

dom 26/07 GIRO DEL LAGO DI LEDRO E PONALE (km 40)

Pullman + bici

Partenza da Trento in pullman e arrivo a Pieve di Ledro.

In bici partenza dalle palafitte di Pieve, giro del Lago di Ledro e deviazione per il museo Garibaldino di Bezzecca .

Ritorno a Riva percorrendo la pista cicloturistica della Ponale.

Rientro a Trento in pullman da Riva.

AGOSTO '09

lun. 03/8 IN VAL PASSIRIA (km 70 in pianura)

Treno + bici

Partenza con Treno da Trento e arrivo a Merano.

In bici: Merano - S.Leonardo in Passiria, ritorno a Merano e sempre in ciclabile fino a Bolzano.

Ritorno a Trento in treno.

dom. 16/8 2° VISITA AL PARCO MINERARIO DI CALCERANICA

Treno + bici

Treno: partenza da FS Trento e arrivo a Borgo Valsugana.

In bici: ciclabile di Borgo, miniere di Calceranica,, Pergine, Trento.

Dom. 23/08 VAL DI SOLE / PEIO (km 55)

Treno + bici

In treno: Trento - Marilleva.

In bici: Marilleva - Ossana e Val di Peio.

Ritorno in ciclabile fino a Mostizzolo.

Rientro a Trento con la Trento-Malè.

Dom. 30/08 NEL CUORE DELLE DOLOMITI VENETE: A CORTINA D'AMPEZZO (km 60)

Pullman + bici o treno + bici

In pullman o treno : Trento - Dobbiaco, Dobbiaco - Trento

In bici: Dobbiaco - Cortina D'Ampezzo - Dobbiaco sul tragitto della vecchia ferrovia.

SETTEMBRE '09

PEDALATA ED ESCURSIONE UISP - SPI CGL

Ven. 04/09 DALLA VAL D'ADIGE AL CANYON DI RIO SASS

(Lago di Santa Giustina in Alta Val di Non)

Per chi pedala:

Partenza da Trento in treno fino a Bolzano.

In bici: Bolzano - S.Antonio di Caldaro. In funicolare Caldaro-Mendola.

Discesa su Fondo e incontro con escursionisti giunti in pullman.

Per chi viaggia in pullman:

Partenza dal Basso Sarca, dalla Val Lagarina e da Trento fino a Fondo e incontro con i ciclisti provenienti dalla Mendola

Per tutti escursione al Canyon di Rio Sass. Passeggiata a piedi di due ore.

Per i ciclisti ritorno in treno da Dermulo.

ESCURSIONE UISP - SPI CGL

Ven 11/09

GRANDE ESCURSIONE NELLE VALLI DI COMACCHIO

(gita in pullman senza bicicletta) programma a parte.

...ultima bicicletata per i piu' TOSTI..

lun 21/09

DA PASSO RESIA ALLA VAL D'ADIGE

Treno + bici

In treno: Trento-Bolzano-Merano-Malles

In pulmino: Malles-Diga lago di Resia

In bici: giro del lago di Resia e discesa su Glorenza-Silandro-Merano (km 68)

In treno: Merano-Bolzano-Trento



FINE TOUR 2009

GITE IN MONTAGNA



Accompagnatori UISP e con la collaborazione dei Comuni di Pergine e Lavarone e del Museo Storico di Trento, Museo della guerra di Rovereto, Museo di scienze Naturali di Trento, Museo Civico di Rovereto.

Proposta attività estive di escursioni in montagna 2009:

- 25 Aprile:* **La Barcarola Terragnolo Rovereto**
Paesi abbandonati da rivisitare con gli occhi del passato
- 7 Giugno:* **Monte Zugna e osservatorio astronomico**
Visita ai percorsi della guerra e serata dedicata all'osservazione del cielo
- Fine Giugno* **Val dei Mocheni**
(Data da
definire) Escursione rifugio Sette Selle, Lago d'Ardemolo
- 5 Luglio* **La forra del Butterloch**
Escursione tra storia e bellezze natu
- 16 Luglio* **Pian de le Fugazze 52 gallerie**
Escursione tra storia e bellezze naturali
- Luglio* **Gruppo del Brenta**
(Data da
definire) Campo Carlo Magno, rifugio Nambino e visita al lago
- 21 Giugno* **Val di Ledro**
Visita alle palafitte, al museo e passeggiata lungo il lago
- Fine Giugno* **Val di Gresta**
(Data da
definire) Un percorso "coi aseni", vecchi compagni di avventure e fatiche



NB : Sella base delle prenotazioni si provvederà al trasporto con pullman o pulmini ai punti di partenza delle gite.



Il programma prevede anche un concorso fotografico per tutti coloro che partecipano ad una o più uscite. Il regolamento sarà noto a inizio di questo programma.

Con il 2009 l'Area della UISPERLAGRANDETA' mette a disposizione per gli interessati un completo da ciclista e una maglietta Polo. Informazioni presso Uisp.

UISP DEL TRENTINO

Tel - fax 0461 231128

lun-mar-giov-ven 8.00-13.30 mer 8.00-12.00 15.00-19.00.

e-mail: luisa.marconi@uisptrentino.org sito: www.uisptrentino.org

SPI CGL:

Tel 0461 303945

Orario

e-mail:

Numeri utili:

Alberto : 346-7276072

Luisa : 349-3633234

Monika : 338-3960697

Guglielmo (Rif. per Mezzolombardo) : 388-6584786

..segue regolamento..