

NATURA

- ESCURSIONI
- GARE E TROFEI
- NEWS

- ↑ dislivello
- ↔ lunghezza
- 🕒 tempo di percorrenza

VALLE GESSO

SABATO 4

Ponte Suffiet Escursione notturna al ponte Suffiet con la sua splendida cascata. Partenza ore 17.30, rientro ore 20.30 con cena presso Locanda del Sorriso. Prenotazione obbligatoria. [Sulle tracce della Natura]

Entracque fraz. Trinità. Info: 347.9399046.

■ € 28 ■ 🕒 1 ora 30' ■ ↑ 150 m ■ facile ■ a piedi

SABATO 11

Bollito in maschera

Racchettata in notturna nel vallone del Desertetto alla ricerca di tracce, storie, stelle e costellazioni. Al termine bollito misto con insoliti contorni presso la baita del Tasso Smargiasso. Ritrovo ore 17.30. Prenotazione obbligatoria. [Sulle tracce della Natura]

Valdieri sciovie fraz. Desertetto. Info: 338.8893312.

■ € 20 + € 3 noleggio racchette da neve ■ facile ■ racchette da neve

DOMENICA 12

Camminate per viandanti curiosi

Escursione al monte Crosetta, al termine per chi lo desidera merenda sinoira. Ritrovo ore 9, rientro ore 16. Prenotazione obbligatoria entro sabato 11. [Sulle tracce della Natura]

Valdieri fraz. Sant'Anna. Info: 347.9399046.

■ € 10 + € 10 merenda sinoira ■ ↑ 700 m ■ media ■ a piedi

SABATO 18

Passaggiata nella neve

Escursione con meta da definire. Rientro ore 16, possibilità di gustare la merenda sinoira presso la Locanda

del Sorriso. Prenotazione obbligatoria. [Acc. Nat. Marco Grillo]

Entracque fraz. Trinità. Info: 329.1695053.

■ € 10 ■ 🕒 1 ora ■ ↑ 300 m ■ facile ■ racchette da neve

DOMENICA 19

Ponte Suffiet

Ciaspolata all'interno del Parco Naturale Alpi Marittime. Pranzo al sacco a carico dei partecipanti; al ritorno per chi lo desidera merenda sinoira presso Locanda del Sorriso. Rientro ore 15.30. Possibilità di noleggio racchette da neve presso Locanda del Sorriso. Prenotazione obbligatoria entro sabato 18. L'escursione si svolgerà al raggiungimento di 8 partecipanti. [Acc. Nat. Roberto Pockaj]

Entracque fraz. Trinità. Info: 338.7185495.

■ € 10 + € 4 noleggio racchette da neve ■ 🕒 3 ore ■ ↑ 150 m ■ facile ■ racchette da neve

VENERDÌ 24

Punta Rocciaia Escursione nel vallone di San Bernardo di Roaschia fino alla panoramica punta Rocciaia. Rientro ore 16. Prenotazione obbligatoria. [Acc. Nat. Marco Grillo]

Roaschia Info: 329.1695053.

■ € 10 ■ 🕒 2 ore ■ ↑ 400 m ■ media ■ racchette da neve

SABATO 25

Il ritorno del maialetto

Racchettata in notturna nel vallone del Desertetto e al termine cena a base di maialetto nostrano cotto a legna presso la baita del Tasso Smargiasso. Ritrovo ore 17.30. Prenotazione obbligatoria. [Sulle tracce della Natura]

Valdieri sciovie fraz. Desertetto. Info: 338.8893312.

■ € 20 + € 3 noleggio racchette da neve ■ facile ■ racchette da neve

DOMENICA 26

L'oro di Desertetto Escursione guidata ad anello alla scoperta delle cave di marmo del vallone del Desertetto. Al termine polenta rustica presso la baita del Tasso Smargiasso. Possibilità di noleggio racchette da neve. Ritrovo ore 10, prenotazione obbligatoria. [Sulle tracce della

Natura]

Valdieri sciovie fraz. Desertetto. Info: 338.2461123.

■ € 15 + € 3 racchette da neve ■ 🕒 4 ore ■ ↑ 400 m ■ media ■ racchette da neve

VALLE GRANA

SABATO 4

La luna, Tamun e... i falò

Escursione guidata notturna al monte Tamone con polentata finale in loc. San Matteo. [La Cevitour]

Valgrana Info: 329.4286890.

■ facile ■ racchette da neve

DOMENICA 5

Panoramica in alta valle

Grana Ciaspolata dal Santuario di Castelmagno all'Alpe Castellar. Rientro ore 16. Prenotazione obbligatoria. [Acc. Nat. Marco Grillo]

Caraglio Info: 329.1695053.

■ € 10 ■ 🕒 1 ora ■ ↑ 300 m ■ facile ■ racchette da neve ■ a piedi

DOMENICA 12

Gita di Scialpinismo Ritrovo ore 7.30. La meta sarà scelta in base all'innevamento e alle condizioni meteo, aggiornamenti sul sito www.caicervasca.it entro il venerdì mattina precedente. Obbligatorio l'uso di Arva, pala e sonda. [CAI Cervasca]

Cervasca piazza del Municipio. Info: 340.0007009.

■ media ■ scialpinismo

GIOVEDÌ 23

Colle Piossasco Escursione con pranzo al sacco. Durante il tragitto saranno impartite nozioni di nordic walking e fitwalking. Ritrovo ore 9. Prenotazione obbligatoria entro mercoledì 22. [Scopinatura]

Pradlevs chiesa parrocchiale. Info: 338.5811520.

■ € 10 ■ 🕒 4 ore ■ facile ■ racchette da neve

SABATO 25

Corto-Trek: nella balconata, tra le valli

Grana e Maira Escursione di mezza giornata per tutta la famiglia. Ritrovo ore 9.30, ritorno verso le ore 13. [Compagnia del Buon Cammino]

Montemale di Cuneo Trattoria del Castello. Info: 338.7908771.

E -15% ■ facile ■ a piedi

Porte aperte da Lusso

Opportunità di visionare una vasta gamma di mezzi usati garantiti.

Bernezzo Lusso Caravan, via Valle Grana 18, fraz. S. Rocco. Info: 0171.687043.

N ■ sabato 25 e domenica 26 ■ sab. ore 9-12/15-19, dom. ore 10-18 ■ caravan

DOMENICA 26

In racchette da neve

Ciaspolata con meta da definire, aggiornamenti sul sito www.caicervasca.it entro il venerdì mattina precedente. Ritrovo ore 7.30. Obbligatorio l'uso di Arva, pala e sonda. [CAI Cervasca]

Cervasca piazza del Municipio. Info: 340.0007009.

E ■ media ■ racchette da neve

Porte aperte da Lusso

N ■ vedi sabato 25

VALLE MAIRA

VENERDÌ 3

Sulla Strada dei Cannoni

Escursione al colle della Ciabra, sito panoramico sulla Strada dei Cannoni che percorre il crinale tra le valli Maira e Varaita. Rientro ore 16.30. Prenotazione obbligatoria. [Acc. Nat. Marco Grillo]

Dronero Info: 329.1695053.

E ■ € 10 ■ 2 ore ■ 500 m ■ media ■ racchette da neve

SABATO 4

A spass per lou viel

Escursione ad anello tra le borgate Viani, Laurenti e Chiosso con visita guidata agli affreschi di Hans Clemer e pranzo al sacco. Ritrovo ore 9, prenotazione obbligatoria entro il giorno precedente l'escursione. [Scoprinnatura]

Elva b.ta Serre. Info: 338.5811520.

E ■ sabato 4, domenica 12, martedì 14 e venerdì 24 ■ € 10 ■ 4/5 ore ■ 193 m ■ facile ■ a piedi

In luna piena Escursione nei boschi verso il Pianas con cena conclusiva e possibilità di

pernottamento presso il rifugio alpino Palent. Prenotazione obbligatoria entro venerdì 3.

Macra b.ta Colletto. Info: 340.8237898.

E ■ facile ■ racchette da neve

DOMENICA 5

Rak in valle Maira Possibilità di scelta tra due itinerari: anello di costa Chiggia, tempo di percorrenza 5 ore; colle Intersile, tempo di percorrenza 4 ore. Ritrovo ore 9. Pranzo a fine escursione. [Compagnia del Buon Cammino]

Marmora fraz. Ponte Marmora. Info: 338.7908771.

E -15% ■ 4-5 ore ■ 600-700 m ■ media ■ racchette da neve

Rifugio Viviere - Prato

Ciorliero Ciaspolata da Chialvetta al rifugio Viviere percorrendo il sentiero innevato del vallone di Unerzio. Durante la passeggiata saranno impartite nozioni di nordic walking e fitwalking. Pranzo al sacco e al termine dell'escursione possibilità di merenda sinoira presso rifugio di Viviere, € 15. Ritrovo ore 9. Prenotazione obbligatoria entro il giorno precedente l'escursione. [Scoprinnatura]

Acceglio Info: 338.5811520.

E ■ domenica 5, sabato 11, sabato 18 e domenica 26 ■ € 10 ■ 1 ora ■ 200 m ■ facile ■ racchette da neve

Trofeo Luigi Codolini

Campionato Regionale di Sci di Fondo in tecnica libera, gara valida come qualificazione ai campionati italiani. [Sci Club Valle Maira]

Prazzo pista agonistica. Info: 0171.99123.

G ■ sci

MARTEDÌ 7

Lezioni base di fitwalking

Lezione di fitwalking su facile percorso con pranzo al sacco. Ritrovo ore 9. Prenotazione obbligatoria entro il giorno precedente. [Scoprinnatura]

Dronero Info: 338.5811520.

E ■ martedì 7, 21 e 28 ■ € 10 ■ 4 ore ■ facile ■ fitwalking

Lezioni base di nordic walking

Avvicinamento alla camminata con i bastoni. Ritrovo ore

9. Pranzo al sacco. Prenotazione obbligatoria entro il giorno precedente. [Scoprinnatura]

Macra piazza del Municipio. Info: 338.5811520.

E ■ martedì 7, 21 e 28 ■ € 10 ■ 4 ore ■ 150 m ■ facile ■ nordic walking

GIOVEDÌ 9

Grotta del Diavolo Escursione alla grotta che sorge in loc. San Martino. Ritrovo ore 15, prenotazione obbligatoria entro il giorno precedente. [Scoprinnatura]

Stoppo Info: 338.5811520.

E ■ giovedì 9 e 16 ■ € 10 ■ 3 ore ■ facile ■ racchette da neve

VENERDÌ 10

Rifugio Viviere - Prato Ciorliero in notturna

Ciaspolata da Chialvetta al rifugio Viviere percorrendo il sentiero innevato del vallone di Unerzio. Durante la passeggiata saranno impartite nozioni di nordic walking e fitwalking. Prenotazione obbligatoria entro giovedì 9. [Scoprinnatura]

Acceglio Info: 338.5811520.

E ■ € 10 ■ 1 ora ■ 200 m ■ facile ■ racchette da neve

SABATO 11

Campo Base luna piena

Escursione notturna ai piedi della Rocca Provenzale, partenza ore 18. Al termine cena presso il rifugio Campo Base. Prenotazione obbligatoria.

Acceglio rifugio Campo Base, fraz. Chiappera. Info: 334.8416041.

E ■ € 25 ■ facile ■ racchette da neve

Le ravioles... le regine della cucina occitana

Week end gourmand a tema: al mattino escursioni nei dintorni del rifugio alpino Palent, pranzo presso il locale e nel pomeriggio escursione verso il Pianas e Curbia; ore 20 cena e possibilità di pernottamento presso il rifugio. Prenotazione obbligatoria entro mercoledì 8.

Macra rifugio Palent, b.ta Palent 15. Info: 340.8237898.

E ■ € 20 escursione mattutina + pranzo oppure escursione pomeridiana + cena; € 40 escursione pomeridiana + cena + pernottamento mezza

pensione ■ facile ■ racchette da neve

Rifugio Viviere - Prato Ciorliero

E ■ vedi domenica 5

Trail dei due comuni

Dronero - Montemale di Cuneo. 1^a edizione della corsa notturna sulla neve di 10 e 18 km. Ritrovo ore 17, partenza ore 18.30. Al termine premiazioni e polentata. Iscrizioni entro domenica 5.

Dronero palestra del Bersaglio. Info: 338.3926060.

G ■ € 10 pacco gara + polenta/€ 3 senza pacco gara; € 7 polenta per gli accompagnatori - € 1 sulla quota di partecipazione alla gara ■ podismo

DOMENICA 12

A spass per lou viol

E ■ vedi sabato 4

Discesa senza frontiere 5^a

edizione della discesa libera con mezzi di fortuna: i mezzi realizzati artigianalmente devono essere muniti di sistema frenante e sterzante, privi di motorizzazione e dotati di solido aggancio per il traino. Inoltre 1^a edizione di **Sbobinando** gara di bob aperta a tutti. [Snowboard Ski Dronero]

Dronero Info: 328.1577374.

G

MARTEDÌ 14

A spass per lou viol

E ■ vedi sabato 4

GIOVEDÌ 16

Grotta del Diavolo

E ■ vedi giovedì 9

VENERDÌ 17

Colle Intersile di monte Festa

Ciaspolata tra i larici del vallone di Marmora fino al colle Intersile. Rientro ore 16.30. Prenotazione obbligatoria. [Acc. Nat. Marco Grillo]

S. Damiano Macra Info: 329.1695053.

E ■ € 10 ■ 3 ore ■ 550 m ■ media ■ racchette da neve

SABATO 18

Gran fritto misto di

Carnevale Week end gourmand a tema: al mattino escursioni nei dintorni del rifugio alpino Palent, pranzo presso il locale e nel pomeriggio escursione verso il Pianas e Curbia; ore 20 cena e possibilità di pernottamento presso il rifugio. Prenotazione obbligatoria entro mercoledì 15.

Macra rifugio Palent, b.ta Palent 15. Info: 340.8237898.

E ■ € 20 escursione mattutina + pranzo oppure escursione pomeridiana + cena; € 40 escursione pomeridiana + cena + pernottamento mezza pensione ■ facile ■ racchette da neve

Rifugio Viviere - Prato Ciorliero

E ■ vedi domenica 5

DOMENICA 19

Borgata Mostiola Escursione ad anello con pranzo al sacco. Durante il tragitto saranno impartite nozioni di nordic walking e fitwalking. Ritrovo ore 9. Prenotazione obbligatoria entro sabato 18. [Scoprinatura]

Dronero piazza XX Settembre. Info: 338.5811520.

E ■ € 10 ■ 4 ore ■ facile ■ racchette da neve

Minjar abou les ciastros

Passeggiata enogastronomica sulle racchette da neve nel vallone di Marmora: ore 8-9.30 albergo Gentil Locanda, ritrovo per conferma iscrizione e ritiro boccale, colazione con caffè e biscotti della casa, formazione gruppi e partenza dal ponte di Canosio. Il percorso: 1^a tappa in fraz. Torello, con degustazione di antipasti proposti dalla locanda Lou Pitavin, accompagnati dal Dolcetto d'Alba; 2^a tappa in fraz. Reinerio con la zuppa di fagioli "alla marmorina" della Locanda Ceaglio, servita con Barbera d'Alba; 3^a tappa in fraz. Brieis con gli assaggi di formaggi con marmellate e miele serviti dalla proloco con il Nebbiolo; 4^a tappa in fraz. Verneti presso la Locanda Croce Bianca con tris di dolci da gustare con un bicchiere di Moscato Piemonte, caffè. Lungo il tragitto una piacevole sorpresa nel bosco. Iscrizione obbligatoria entro mercoledì 15. Possibilità di noleggiare racchette da neve a € 6 da versare

al momento dell'iscrizione. La passeggiata si terrà con qualsiasi condizione atmosferica.

Marmora fraz. Ponte Marmora. Info: 333.6865290.

E ■ € 27/gratuito under 8 gratuiti su richiesta SMS COD 46H ■ facile ■ racchette da neve

MARTEDÌ 21

Lezioni base di fitwalking

E ■ vedi martedì 7

Lezioni base di nordic walking

E ■ vedi martedì 7

VENERDÌ 24

A spass per lou viol

E ■ vedi sabato 4

SABATO 25

Colle della Ciabra L'escursione si effettua al raggiungimento di un numero congruo di partecipanti. Prenotazione obbligatoria entro venerdì 24. [Scoprinatura]

Dronero piazza XX Settembre. Info: 338.5811520.

E ■ € 10 ■ 4 ore ■ facile ■ racchette da neve

Le molte facce degli gnocchi

Week end gourmand a tema: al mattino escursioni nei dintorni del rifugio alpino Palent, pranzo presso il locale e nel pomeriggio escursione verso il Pianas e Curbia; ore 20 cena e possibilità di pernottamento presso il rifugio. Prenotazione obbligatoria entro mercoledì 22.

Macra rifugio Palent, b.ta Palent 15. Info: 340.8237898.

E ■ € 20 escursione mattutina + pranzo oppure escursione pomeridiana + cena; € 40 escursione pomeridiana + cena + pernottamento mezza pensione gratuiti su richiesta per escursione mattutina + pranzo SMS COD 46V ■ facile ■ racchette da neve

DOMENICA 26

Racchette e forchette

Passeggiata enogastronomica con le ciaspole tra le borgate di Acceglio, partenza ore 8.30 da Chiappera. Possibilità di affitto racchette da neve. Iscrizione obbligatoria.

[Snowboard Ski Club Dronero]
Acceglio fraz. Chiappera. Info:
335.6650111.

N ■ € 30/27 soci Snowboard
Ski Club Dronero 📄 **gratuiti su**
richiesta SMS COD 473 ■ facile
■ racchette da neve

Rifugio Viviere - Prato Ciorliero

E ■ vedi domenica 5

MARTEDÌ 28

Lezioni base di fitwalking

E ■ vedi martedì 7

Lezioni base di nordic walking

E ■ vedi martedì 7

VALLE PESIO

SABATO 4

Appuntamento al buio

Escursione guidata in notturna lungo
l'anello delle borgate con cena a
sorpresa presso ristorante La Malga,
loc. Meschie. Possibilità di noleggio
racchette da neve. Prenotazioni entro
le ore 13, ritrovo ore 18.30. [Acc.
Nat. Massimo Civalieri]

Peveragno piazzale cimitero, fraz.
Pradeboni. Info: 338.9479171.

E ■ € 21 ■ 🕒 5 ore ■ ⬇️ 250 m
■ facile ■ racchette da neve

Verso Pian delle Gorre accompagnati dalla luna

Ciaspolata in notturna con cena
tipica al rifugio Pian delle Gorre.
Possibilità di noleggio racchette da
neve. Ritrovo ore 18. [Sulle tracce
della Natura]

Chiusa di Pesio Villaggio d'Ardua.
Info: 333.2700314.

E ■ € 10 ■ facile ■ racchette da
neve

DOMENICA 5

Giro delle borgate Escursione
ad anello attraverso boschi di
castagno, radure e le borgate Fiolera,
Fuggin, Tetti Baudinet, Colletto e
Vigna. Possibilità di noleggio
racchette da neve. Ritrovo ore 9.
[Sulle tracce della Natura]

Chiusa di Pesio Info: 338.2461123.

E ■ € 10 ■ 🕒 4 ore ■ ⬇️ 300 m
■ facile ■ racchette da neve

DOMENICA 12

Tra Ciccioni e Tiracul

Escursione ad anello tra le borgate
Ciccioni e Tiracul di San Bartolomeo
di Chiusa di Pesio. Rientro ore 16.
Prenotazione obbligatoria. [Acc. Nat.
Marco Grillo]

Chiusa di Pesio Info:
329.1695053.

E ■ € 10 ■ 🕒 1 ora 30' ■ ⬇️
300 m ■ facile ■ a piedi

SABATO 18

Notte stellata con polentata

Escursione in notturna
lungo le pendici della Bisalta con
polentata finale presso ristorante La
Malga, loc. Meschie. Possibilità di
noleggio racchette da neve.
Prenotazioni entro le ore 13, ritrovo
ore 18.30. [Acc. Nat. Massimo
Civalieri]

Peveragno piazzale cimitero, fraz.
Pradeboni. Info: 338.9479171.

E ■ € 20 📄 **gratuiti su**
richiesta SMS COD 462 ■ 🕒 5
ore ■ ⬇️ 350 m ■ media ■
racchette da neve

DOMENICA 19

Gias Madonna Escursione
guidata verso Gias Madonna con
merenda sinoira finale facoltativa
presso rifugio Pian delle Gorre.
Ritrovo ore 8.30. [Sulle tracce della
Natura]

Chiusa di Pesio Info: 338.2461123.

E ■ € 10 ■ 🕒 6-5 ore ■ ⬇️ 660
m ■ media ■ racchette da neve

Tra i lupi della valle Pesio

Escursione fino al Gias Morteis.
Rientro ore 16. Prenotazione
obbligatoria. [Acc. Nat. Marco Grillo]

Peveragno Info: 329.1695053.

E ■ € 10 ■ 🕒 1 ora 30' ■ ⬇️
400 m ■ media ■ a piedi

DOMENICA 26

Costa della Mula Escursione
sulla dorsale che da punta
Besimauda scende in valle Pesio, con
eventuale salita in punta alla Bisalta.
Possibilità di noleggio racchette da
neve e di merenda sinoira al rientro.
Ritrovo ore 8.30. Prenotazioni entro
sabato 25. [Acc. Nat. Massimo
Civalieri]

Peveragno piazzale cimitero, fraz.
Pradeboni. Info: 338.9479171.

E ■ € 9 ■ 🕒 7-8 ore ■ ⬇️ 800 m
■ impegnativa ■ racchette da
neve

VALLE PO

SABATO 4

Borgata Serre MoonViso.

Ciaspolata guidata notturna,
possibilità di noleggio racchette da
neve. Per effettuare l'iscrizione e
avere maggiori informazioni su orario
di ritrovo, quota di partecipazione e
percorso consulta il sito
www.monvisopiemonte.it.
[Associazione Sassi Vivaci]

Ostana ristorante La Villo. Info:
333.7107551.

E ■ 🕒 2 ore 30' ■ facile ■
racchette da neve

DOMENICA 5

Colle di San Bernardo

SunViso. Ciaspolata guidata
diurna, possibilità di noleggio
racchette da neve. Per effettuare
l'iscrizione e avere maggiori
informazioni su orario di ritrovo,
quota di partecipazione e percorso
consulta il sito
www.monvisopiemonte.it.
[Associazione Sassi Vivaci]

Ostana b.ta Serre. Info:
333.7107551.

E ■ 🕒 6 ore ■ media ■
racchette da neve

SABATO 18

Escursione serale a Balma

**Boves La montagna per
tutti.** Escursione dalla locanda La
Via del Sale all'antica borgata museo
e a seguire cena presso ristorante
convenzionato. Ritrovo ore 17.30.
Possibilità di affitto ciastre.
Prenotazione obbligatoria entro
venerdì 17. [Associazione Rifugio
Vesulus]

Sanfront locanda La Via del Sale,
via Segheria 2. Info: 349.7922428.

E ■ partecipazione gratuita ■ 🕒
1 ora 30' ■ ⬇️ 150 m ■ facile ■
racchette da neve

Trappa del Montebracco - Croce di Envie MoonViso.

Ciaspolata guidata notturna,
possibilità di noleggio racchette da
neve. Per effettuare l'iscrizione e
avere maggiori informazioni su orario
di ritrovo, quota di partecipazione e
percorso consulta il sito
www.monvisopiemonte.it.
[Associazione Sassi Vivaci]

Barge Info: 333.7107551.

E ■ 2 ore 30' ■ facile ■ racchette da neve

DOMENICA 19

Colle di Gilba *La montagna per tutti.* Escursione dal rifugio San Bernardo al colle di Gilba per poi risalire al Bric la Piata. A seguire cena presso ristorante convenzionato. Ritrovo ore 9.30 presso la locanda La Via del Sale. Possibilità di affitto ciastre. Prenotazione obbligatoria entro venerdì 17. [Associazione Rifugio Vesulus]

Sanfront locanda La Via del Sale, via Segheria 2. Info: 349.792428.

E ■ partecipazione gratuita ■ 5 ore ■ 650 m ■ impegnativa ■ racchette da neve

Rak in valle Po Possibilità di scelta tra due itinerari: punta Ostanetta, tempo di percorrenza 5 ore; da Ostana a colle Bernardo, tempo di percorrenza 4 ore. Ritrovo a Revello ore 9. Pranzo a fine escursione. [Compagnia del Buon Cammino]

Revello Info: 338.7908771.

E ■ -15% ■ 4-5 ore ■ 600-750 m ■ media ■ racchette da neve

Trappa del Montebracco - Rifugio Mulatero *SunViso.*

Ciaspolata guidata diurna, possibilità di noleggio racchette da neve. Per effettuare l'iscrizione e avere maggiori informazioni su orario di ritrovo, quota di partecipazione e percorso consulta il sito www.monvisopiemonte.it. [Associazione Sassi Vivaci]

Barge Info: 333.7107551.

E ■ 5 ore ■ media ■ racchette da neve

VALLE STURA

VENERDÌ 10

Il vallone dell'Arma Ciaspolata lungo il vallone che da Demonte sbuca al colle di Valcavera. Rientro ore 16.30. Prenotazione obbligatoria. [Acc. Nat. Marco Grillo]

Demonte Info: 329.1695053.

E ■ € 10 ■ 2 ore 30' ■ 500 m ■ media ■ racchette da neve

DOMENICA 12

Monte Borel Escursione in valle Stura con pranzo finale. Ritrovo ore 8. [Compagnia del Buon Cammino]

Demonte Info: 347.0457973.

E ■ -15% ■ 5 ore ■ 1.000 m ■ impegnativa ■ racchette da neve

DOMENICA 19

Ciaspolata della Valle

Stura 3^a edizione della gara agonistica e camminata non competitiva con le racchette da neve aperta a tutti: ore 11 partenza, ore 14.30 premiazioni. [ASD Valle Stura Sport]

Aisone centro fondo. Info: 329.7066027; www.vallesturasport.it.

G ■ ore 11 ■ 6 km ■ racchette da neve

VALLE TANARO E BELBO

SABATO 4

Viozene - Pian Rosso

Ciaspolata da Viozene a pian Rosso e tour del pian Rosso.

Ormea fraz. Viozene. Info: 333.6592896.

E ■ facile ■ racchette da neve

DOMENICA 12

Da Quarzina a Poggio La Colma in racchette da

neve Ciaspolata dalla borgata alpina Quarzina al Poggio La Colma, in posizione panoramica sull'alta valle Tanaro e sul colle di Nava.

Pranzo al sacco a carico dei partecipanti; al ritorno per chi lo desidera merenda sinoira presso Albergo Italia. Ritrovo ore 9.45, rientro ore 15.30. Prenotazione obbligatoria entro sabato 11.

L'escursione si svolgerà al raggiungimento di 8 partecipanti. [Acc. Nat. Roberto Pockaj]

Ormea albergo Payarin, fraz. Aimoni. Info: 338.7185495.

E ■ € 10 + € 4 noleggio racchette da neve ■ 3 ore ■ 200 m ■ facile ■ racchette da neve

DOMENICA 26

Itinerario panoramico: colla Casotto - monte

Mussiglione Escursione con salita in seggiovia al monte Berlino e

traversata fino alla sella della Bassa di Perabruna. Pranzo presso la baita degli impianti Garesio 2000 e ritorno a colla Casotto attraverso la faggeta. Ritrovo ore 9, rientro ore 15.30. Possibilità di noleggio racchette da neve. Prenotazione obbligatoria entro sabato 25.

L'escursione si svolgerà al raggiungimento di 8 partecipanti. [Acc. Nat. Roberto Pockaj]

Garesio biglietteria impianti Garesio 2000. Info: 338.7185495.

E ■ € 20 + € 4 noleggio racchette da neve ■ 4 ore ■ facile ■ racchette da neve

Trofeo Alta Val Tanaro Gara di scialpinismo individuale tecnica libera e tecnica classica e cronocalata al monte Berlino. [Sci Club Garesio]

Garesio impianti Garesio 2000, colla Casotto. Info: 339.5280069.

G ■ ore 8.30 ■ scialpinismo

VALLE VARAITA

MERCOLEDÌ 1

Costa Ciabert Ciaspolata con pranzo al sacco. Ritrovo ore 8.

[Compagnia del Buon Cammino]

Brossasco bar Segnavia. Info: 347.0457973.

E ■ -15% ■ 6 ore ■ 850 m ■ media ■ racchette da neve

MERCOLEDÌ 8

Monte Cornet Ciaspolata con pranzo al sacco. Ritrovo ore 8.

[Compagnia del Buon Cammino]

Brossasco bar Segnavia. Info: 347.0457973.

E ■ -15% ■ 5 ore ■ 770 m ■ media ■ racchette da neve

SABATO 11

Corto-Trek: tra pievi e

capelle Escursione di mezza giornata per tutta la famiglia. Ritrovo ore 9.30, ritorno verso le ore 13.

[Compagnia del Buon Cammino]

Verzuolo chiesa di San Bernardo. Info: 338.7908771.

E ■ -15% ■ facile ■ a piedi

DOMENICA 12

Colle della Ciabra *SunViso.*

Ciaspolata guidata diurna, possibilità di noleggio racchette da neve. Per effettuare l'iscrizione e avere

maggiori informazioni su orario di ritrovo, quota di partecipazione e percorso consulta il sito www.monvisopiemonte.it. [Associazione Sassi Vivaci]
Valmala Santuario. Info: 333.7107551.

E ■ 4 ore ■ media ■ racchette da neve

MERCOLEDÌ 15

Colle della Battagliola e Punta del Cavallo Ciaspolata in val Varaita con pranzo al sacco. Ritrovo ore 8. [Compagnia del Buon Cammino]

Brossasco bar Segnavia. Info: 347.0457973.

E ■ bar seggiovia -15% ■ 5 ore ■ 700 ■ media ■ racchette da neve

SABATO 18

Corto-Trek: sui sentieri del Quagliano e delle albicocche Escursione di mezza giornata per tutta la famiglia. Ritrovo ore 9.30, ritorno verso le ore 13. [Compagnia del Buon Cammino]

Costigliole Saluzzo piazza della Chiesa, fraz. Ceretto. Info: 338.7908771.

E -15% ■ facile ■ a piedi

SABATO 25

Festa del ghiaccio Raduno di arrampicata su ghiaccio: ore 10.30 ritrovo; ore 11-23 scalata libera, possibilità di testare i nuovi materiali delle ditte più importanti del settore, degustazione di prodotti locali; ore 18 ciaspolata nei boschi; ore 20 cena al rifugio Savigliano e a seguire arrampicata libera in notturna; ore 23 lotteria a premi.

Pontechianale Anfiteatro, fraz. Castello. Info: 349.6036087.

N ■ sabato 25 e domenica 26 ■ arrampicata

VALLE VERMENAGNA

SABATO 11

Notturna a Tetto Bodino Escursione serale da Vernante alle vecchie case di Tetto Bodino. Rientro ore 21.30. Prenotazione obbligatoria. [Acc. Nat. Marco Grillo]

Vernante Info: 329.1695053.

E ■ € 10 ■ 1 ora ■ 300 m ■ facile ■ a piedi

SABATO 25

Tsastrulada Gara agonistica e ciaspolata non competitiva: ritrovo ore 19, partenza ore 20. [La Via del Sale ASD]

Limone Piemonte pista fondo della Panice. Info: 0171.925240.

G ■ racchette da neve

DOMENICA 26

Gias Creusa Camminata nella neve lungo l'itinerario che da Folchi di Vernante porta alla conca del Gias Creusa. Rientro ore 16.30.

Prenotazione obbligatoria. [Acc. Nat. Marco Grillo / Sci Club La Tourusela]

Vernante Info: 329.1695053.

E ■ € 10 ■ 2 ore ■ 500 m ■ media ■ racchette da neve

VALLI MONREGALESI

SABATO 4

Telemark Snow Events Week end alla scoperta della tecnica sciistica del Telemark. Ore 9 seggiovia Mongrosso-Burrino, ski test gratuito con i nuovi materiali della stagione 2012 in compagnia di maestri e collaboratori; ore 10 campo scuola e seggiovia Mongrosso-Burrino, **Telemark imprinting** avvicinamento alla pratica in collaborazione con lo staff del T.S.E.; ore 14 escursioni in pista.

Frabosa Soprana loc. Mongrosso. Info: 347.3960870; www.telemarksnowevents.it.

N ■ sabato 4 e domenica 5 ■ partecipazione gratuita

DOMENICA 5

Ciaspolata in valle Mongia

Escursione ad anello dal Santuario della Madonna della Neve alla cappella di S. Stefano. [CAI Ceva]

Viola Info: 0174.700142.

E ■ facile ■ a piedi

I forni del monte Alpet

Escursione ad anello alla scoperta di alcuni forni comunitari funzionanti presenti nelle borgate alle pendici del monte Alpet. Pranzo al sacco a carico dei partecipanti. Ritrovo ore 10, rientro ore 15.30. Prenotazione

obbligatoria entro sabato 4. L'escursione si svolgerà al raggiungimento di 8 partecipanti. [Acc. Nat. Roberto Pockaj]

Roburent Info: 338.7185495.

E ■ € 10 + € 4 noleggio racchette da neve ■ 3 ore ■ 300 m ■ facile ■ racchette da neve

Telemark Snow Events Week end alla scoperta della tecnica sciistica del Telemark. Ore 9 ski test gratuito con i nuovi materiali della stagione 2012 in compagnia di maestri e collaboratori; ore 10 campo scuola e seggiovia Pasquieux, **Telemark imprinting** avvicinamento alla pratica in collaborazione con lo staff del T.S.E.; ore 14 escursioni in pista.

Frabosa Soprana loc. Campetto. Info: 347.3960870; www.telemarksnowevents.it.

N ■ sabato 4 e domenica 5 ■ partecipazione gratuita

VENERDÌ 10

Winter wheels 10^a edizione della gara, quest'anno dedicata esclusivamente alle 4 ruote.

Frabosa Sottana loc. Prato Nevoso. Info: 0174.334100; www.winterwheels.com.

G ■ venerdì 10 e sabato 11

SABATO 11

Winter wheels

G ■ vedi venerdì 10

DOMENICA 12

Monte Mussiglione Ritrovo ore 9 presso la sede della proloco e trasferimento al colle di Casotto per ciaspolata al monte Mussiglione con ristoro finale su prenotazione presso ristorante. Possibilità di affittare racchette da neve. L'escursione si svolgerà anche in mancanza di neve.

Pamparato via Roma 59. Info: 342.0974539.

E ■ € 10 (quota associativa annuale proloco) ■ 4 ore 30' ■ racchette da neve

SABATO 25

Racchette da neve e luna piena Escursione notturna, ritrovo ore 18, rientro ore 21 con cena presso l'agriturismo Il Balzo. [Violavive]

Viola piazza Marconi. Info: 335.6581560.

E ■ facile ■ racchette da neve

Test Tavole Nitro Fiat

Possibilità di provare la nuova gamma di tavole da snowboard Nitro e di scoprire la nuova vettura Fiat Qubo all'interno del mini villaggio Fiat e Nitro Test tour allestito vicino alle piste da sci.

Frabosa Sottana loc. Prato Nevoso. Info: 0174.334100.

N ■ sabato 25 e domenica 26

DOMENICA 26

Le Borgate Assunta-Arotte

Ciaspolata nelle due borgate di Pamparato con ristoro finale su prenotazione presso ristorante. Ritrovo presso la sede della proloco ore 9, partenza ore 9.30. Possibilità di affittare racchette da neve. L'escursione si svolgerà anche in mancanza di neve.

Pamparato via Roma 59. Info: 342.0974539.

E ■ € 10 (quota associativa annuale proloco) ■ 5 ore ■ racchette da neve

Test Tavole Nitro Fiat

N ■ vedi sabato 25

LUOGHI VARI

SABATO 4

Corto-Trek: quattro passi nel Parco Fluviale

Escursione di mezza giornata sui sentieri del Parco Fluviale Gesso e Stura, per tutta la famiglia. Ritrovo ore 9.30, ritorno verso le ore 13. [Compagnia del Buon Cammino]

Cuneo piscina comunale. Info: 338.7908771.

E ■ -15% ■ facile ■ a piedi

Escursione "sorpresa!"

Camminata con meta a sorpresa, rientro ore 16. Luogo e ora di ritrovo verranno comunicati al momento dell'iscrizione. [Acc. Nat. Marco Grillo]

Luoghi vari Info: 329.1695053.

E ■ sabato 4 e 25 ■ € 10 ■ 1 ora 30' ■ 500/350 m ■ media ■ a piedi

DOMENICA 12

Domenica di benessere:

Yoga Giornata dedicata alla pratica dello yoga. Prenotazione obbligatoria.

Cuneo Le Basse, via Basse di Stura 54. Info: 345.6458125.

N ■ ore 10-12.30/14.30-17 ■ a pagamento

Viozene-Pian Rosso e tour di Pian Rosso

Escursione in alta valle Tanaro, ritrovo ore 9. Prenotazione obbligatoria. [Acc. Nat. Efreem Briatore]

Briga Alta fraz. Upega. Info: 333.6592896.

E ■ € 10 ■ racchette da neve

DOMENICA 19

Domenica di benessere:

Shiatsu Giornata dedicata allo Shiatsu, tecnica giapponese di riequilibrio energetico. Prenotazione obbligatoria.

Cuneo Le Basse, via Basse di Stura 54. Info: 345.6458125.

N ■ ore 10-12.30/14.30-17 ■ a pagamento

MERCOLEDÌ 22

Cima delle Gioiolette

Racchettata in valle Vermenagna con pranzo al sacco. Ritrovo ore 8.

[Compagnia del Buon Cammino]

Borgo San Dalmazzo Orso Bianco Dolciaria. Info: 347.0457973.

E ■ -15% ■ 5 ore ■ 950 m ■ impegnativa ■ racchette da neve

SABATO 25

Escursione "sorpresa!"

E ■ vedi sabato 4

DOMENICA 26

Cima delle Manse Ciaspolata in valle Stura, al termine pranzo al sacco. Ritrovo ore 7.30. [Compagnia del Buon Cammino]

Borgo San Dalmazzo Orso Bianco Dolciaria. Info: 347.0457973.

E ■ -15% ■ 4 ore ■ 800 m ■ media ■ racchette da neve

Domenica di benessere:

Tai Chi Giornata dedicata al Tai Chi, antica arte marziale cinese. Prenotazione obbligatoria.

Cuneo Le Basse, via Basse di Stura 54. Info: 345.6458125.

N ■ ore 10-12.30/14.30-17 ■ a pagamento

MERCOLEDÌ 29

Monte Merqua Racchettata in valle Gesso con pranzo al sacco. Ritrovo ore 7.30. [Compagnia del Buon Cammino]

Borgo San Dalmazzo Orso Bianco Dolciaria. Info: 347.0457973.

E ■ -15% ■ 6 ore ■ 1.060 m ■ media ■ racchette da neve