

# 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 Cevitù]

**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](http://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](http://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. [Scoprinatura]

**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 Chiglia, 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. [Scoprinatura]

**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. [Scoprinatura]

**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. [Scoprinatura]

**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. [Scoprinatura]

**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. [Scoprinatura]

**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<sup>a</sup> 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<sup>a</sup>

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<sup>a</sup> 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. [Scoprinatoria]

**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<sup>a</sup> tappa in fraz. Torello, con degustazione di antipasti proposti dalla locanda Lou Pitavin, accompagnati dal Dolcetto d'Alba; 2<sup>a</sup> tappa in fraz. Reinerio con la zuppa di fagioli "alla marmorina" della Locanda Ceaglio, servita con Barbera d'Alba; 3<sup>a</sup> tappa in fraz. Brieis con gli assaggi di formaggi con marmellate e miele serviti dalla proloco con il Nebbiolo; 4<sup>a</sup> 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. [Scoprinatoria]

**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](http://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<sup>a</sup> 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](http://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](http://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](http://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](http://www.telemarksnowevents.it).

**N** ■ sabato 4 e domenica 5 ■ partecipazione gratuita

## VENERDÌ 10

**Winter wheels** 10<sup>a</sup> edizione della gara, quest'anno dedicata esclusivamente alle 4 ruote.

**Frabosa Sottana** loc. Prato Nevoso. Info: 0174.334100; [www.winterwheels.com](http://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. Efrem 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