

Un weekend di sport e benessere

Pubblicato: Giovedì 19 Maggio 2016



Il comune di Ranco nel week end del 21 e 22 maggio si trasforma in una vera e propria palestra all'aperto .

Sabato e domenica si svolgerà un importante evento, che rientra nel progetto “**Do you lake** ” ideato da Camera di Commercio di Varese per promuovere la vocazione turistico – sportiva dei laghi varesini .

E' un evento completamente gratuito organizzato dalla Scuola Walking Trail Italia per festeggiare il Nordic Walking, disciplina che è ormai entrata a pieno titolo a far parte delle attività “sportive” del CONI e delle attività dolci outdoor che permettono di mantenere in salute il nostro organismo.

Passeggiate intorno alla collina di San Quirico e nel Parco del Golfo della Quassa lungo splendidi sentieri a contatto diretto con la natura che permettono di ammirare paesaggi mozzafiato sul lago Maggiore e sulle circostanti catene alpine. Info e prenotazioni silvano.moroni@ilcolibri.it

Sabato 21 nel pomeriggio presso il parco Rodari sul Lungolago si terrà anche l'evento “Cose in(utigli) day ” su baratto, esposizione di oggetti basati sul riciclo, laboratori .

Chiunque porti abiti, scarpe, oggetti in buono stato da barattare(max 15 pezzi) avrà un bonus di 30 crediti da usare sul sito www.coseinutili.it .

Area dedicata ai bambini per barattare giochi e libri.

Domenica 22 ” PASSEGGIATA GEOLOGICA” accompagnati dalla geologa Donatella Reggiori , appassionata conoscitrice del nostro territorio.

“Sass Cavalasc – muto testimone di un grande freddo”. Percorso alle origini del lago e testimonianze delle ultime epoche glaciali – Partenza h 9.30 parcheggio campo rugby – rientro h 12.00

info e prenotazioni : dtlau@libero.it

Tutte le domeniche RISVEGLIO CON TAI JI & QI GONG NEL PARCO dalle h 10.00 alle 11.00 zona Sasso Cavallazzo

(parcheggio campo da rugby) a piedi / bici da Via Cascina Boschi fino al lago – info : etramovimento@gmail.com

altre informazioni su: www.comune.ranco.va.it [facebook/comune di Ranco](https://www.facebook.com/comune.di.ranco)

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it