



CONOSCERE LA MARCIA ALPINA

Una gara libera a tutti, si può gareggiare individuale, a coppie o a gruppi famiglia massimo 4 persone.
Imparare la marcia alpina di regolarità, permette di rafforzare il fisico e la mente, inoltre ti aiuta a conoscere il tuo passo pianificando in modo preciso le tue escursioni.

Per i non tesserati alla F.I.E., senza visita medica o con visita medica non

| | |
|--------------------------|--|
| SABATO 9 MARZO | |
| Ore 9 | Ritirovo presso parcheggio Area feste di Lessona per minicorso di marcia alpina. Procurarsi un cronometro o orologio con lancetta del secondi. Per la partecipazione messaggio WhatsApp al n°: 3490971889 |
| GIOVEDÌ 14 MARZO | |
| Ore 21 | Termine iscrizioni: tesserati F.I.E. sul sito: www.marciarsolarita.it non tesserati: grupparebellese@gmail.com , oppure si possono iscriversi anche domenica 17 entro le ore 9 lasciando nome, cognome e codice fiscale per l'assicurazione |
| DOMENICA 17 MARZO | |
| Ore 8 | Ritirovo Area feste Lessona per iscrizioni e ritiro pettonali |
| Ore 9 | Partenza primo concorrente |
| Ore 12 | Premiazione |
| Ore 12,30 | Pranzo presso il CIRCOLO LESSONA |
| Costo | Tesserati F.I.E.: Individuale € 5 a coppia € 10 |
| iscrizione: | Non tesserati F.I.E.: Individuale € 5+€ 2 per assicurazione; coppia € 10 + € 2 a persona per assicurazione |
| | Gruppi famiglia max 4 persone: adulti € 5 + € 2 a persona per assicurazione; i ragazzi/e inferiori ad anni 13 solo € 2 per assicurazione |



CAMMINATA A PASSO LIBERO

Camminata culturale a passo libero per tutti, di Km 7 per visitare e conoscere le realtà storiche di Lessona. Graziola Giuseppe sarà la guida che illustrerà le bellezze del nostro bel Paese.

| | |
|--|---|
| DOMENICA 17 MARZO | |
| Ore 8,30 | Ritirovo Area feste per iscrizioni. Bisogna lasciare nome, cognome e codice fiscale per l'assicurazione |
| Ore 9,30 | Partenza camminata |
| Ore 12 circa | Arrivo |
| Ore 12,30 | Pranzo presso il CIRCOLO LESSONA |
| Costo | € 5 + 2 per assicurazione |
| iscrizione | Per i ragazzi/e inferiori ad anni 13 solo € 2 per assicurazione |
| | Si consiglia un abbigliamento adeguato a camminare nei boschi |
| | All'atto dell'iscrizione verrà consegnato un piccolo omaggio |
| IN CASO DI PIOGGIA LA CAMMINATA SARA' RINVIATA A DATA DA DESTINARSI | |

INFO:

Revolon Tiziano 3490971889
Mazzon Ezio 3488099315



Lessona eventi; www.comunelessona.it; www.fiepiemonte.it

**PER IL PRANZO POSTI LIMITATI MAX 100. COSTO € 16. PER BAMBINI FINO ANNI 6 GRATIS
E' CONSIGLIABILE PRENOTARE IL PRANZO ENTRO MERCOLEDÌ 13 MARZO MANDANDO UN MESSAGGIO WhatsApp al numero: 3476815616
SCRIVENDO IL NOME, COGNOME DEI PARTECIPANTI.**