

# 2025 ASD HILLS PROGRAMMA

NORDIC WALKING - ESCURSIONISMO  
[www.hillsnordicwalking.it](http://www.hillsnordicwalking.it)



**CAMMINI STORICI  
VIAGGI - CULTURA  
PROGETTI SOCIALI**

PER INFO E CONTATTI:  
3394809367

segui su: **f**



 **L. & M.**  
**Giardinaggio**  
Luca 349.8145685 - Maicol 345.6414575



*Ci occupiamo del vostro giardino: progettazione, realizzazione, manutenzione e impianti d'irrigazione*



## CHI SIAMO:

La nostra Associazione, denominata **Asd Hills**, nasce nel 2016 proponendo il Nordic Walking, attualmente abbiamo **13 istruttori e due Maestri**, siamo Scuola Certificata dalla Sinw (Scuola Italiana Nordic Walking) la più grossa realtà a livello europeo di questa disciplina, questa qualifica ci permette di formare tecnicamente i nuovi Istruttori.



Nel 2022 l'associazione si è arricchita di **Accompagnatori Escursionistici** della Federazione Italiana Escursionismo (**FIE**) la più longeva federazione riconosciuta a livello europeo, permettendoci così di ampliare le nostre proposte alle escursioni in montagna e alle ciaspolate.

Ma le nostre attività spaziano anche dai **Cammini di più giorni**, ai **viaggi** e alle **proposte culturali**, siamo intenzionati ad allargare ulteriormente le nostre attività con un occhio di riguardo per il **sociale**, abbiamo da anni un **Progetto gratuito** di attività fisica, socializzazione ed inclusione con Associazione Fabrizio Viezzer OdV, collaborazioni con Aism Treviso (Associazione Italiana Sclerosi Multipla) la Cooperativa Itaca di Pordenone e Aisf di Portogruaro (Associazione Italiana Sindrome Fibromialgica).

**Organizziamo 7 eventi sportivi aperti a tutti**, di cui uno in favore del Piccolo Rifugio di Vittorio Veneto e uno in favore dell'Associazione Fabrizio Viezzer OdV.

Seguici nel sito e nei Social.



## COS'È IL NORDIC WALKING:

Il Nordic Walking, facile, divertente, economico, una palestra a cielo aperto!

Iniziò tutto negli anni 60 quando gli atleti scandinavi di sci da fondo iniziarono ad allenarsi, nel periodo estivo, con i loro bastoncini. Nacque così la **camminata nordica**, oggi chiamata comunemente **Nordic Walking**.

Perfezionato nel tempo è diventato un vero e proprio sport adatto a tutti, in quanto porta degli indubbi benefici in virtù della sollecitazione di circa 600 muscoli, il 90% del nostro corpo.

Basta un abbigliamento comodo ed è subito **Nordic Walking!**

E' una **tecnica specifica**, di solito insegnata in un corso base di circa 6 ore.

Un po' di impegno iniziale sarà poi premiato dai **molteplici benefici** che via via apprezzeremo ed il **senso di benessere** farà parte di noi ad ogni uscita!

Se poi a questo ci abbiniamo una sana alimentazione saremo sulla strada giusta per **vivere in armonia tra corpo e mente!**



## LA SCUOLA

I nostri istruttori sono stati formati dalla Scuola Italiana Nordic Walking (**Sinw**) la più grossa realtà del Nordic Walking a livello europeo che propone un percorso formativo articolato per portare gli istruttori ad un ottimo livello nelle tante possibilità di applicare questa disciplina in diversi ambiti, uno di questi è la possibilità di diventare Tecnici della Federazione Italiana di Atletica leggera (**Fidal**).

## SCUOLA CERTIFICATA

La Nostra Associazione inoltre è **Scuola Certificata** dalla Sinw, punto di riferimento del territorio per il Nordic Walking con la possibilità di poter certificare la parte tecnica degli aspiranti istruttori.

## I NOSTRI ISTRUTTORI

Fanno parte del nostro team 16 Istruttori tutti formati dalla Scuola Italiana Nordic Walking e sempre presenti alle nostre uscite settimanali. Molte sono le specializzazioni acquisite nel corso degli anni. La formazione continua è il nostro motto, per garantire così la massima professionalità ed esperienza, inoltre abbiamo a disposizione due Maestri che, coadiuvati da altri due Istruttori, possono certificare la corretta tecnica agli aspiranti istruttori che potranno così accedere al Corso Istruttori.



**PERLAGE**  
— WINERY —



**Vini Biologici dal 1985**



**VI ASPETTIAMO IN CANTINA**

Siamo a Farra di Soligo (TV) in  
Via Cal del Muner 16

[www.perlagewines.com](http://www.perlagewines.com)



## USCITE DI NORDIC WALKING

Oltre alle uscite settimanali di allenamento, le troverete nelle pagine dedicate ai vari gruppi, proponiamo delle uscite domenicali per tutti i nostri soci, ecco il programma:

### RISERVATE AI SOCI

- 16 Febbraio Monte Villa Solighetto
- 02 Marzo Lignano Foci del Tagliamento
- 14/15 Marzo Festival dell'ambiente Portogruaro
- 05 Aprile Arfanta con pranzo presso "Le noci"
- 27 Aprile "Tenuta La Fagiana" Eraclea
- 25 Maggio Pianezze con pranzo presso Malga San Bernardo
- 13/14/15 Giugno Festival e Camp del N.W. Trieste
- 06 Luglio Cansiglio Vittorio Veneto
- 21 Settembre Camminata del mascarpone
- 28 Settembre Cammino l'Italia Vittorio Veneto

### APERTE A TUTTI

- 05 Gennaio Camminata della Befana Portogruaro
- 16 Marzo Nordic Walking Solidarity in favore di Ass. Fabrizio Viezzer OdV
- 18 Maggio Nordic Walking Solidarity Codognè
- 08 Giugno Camminata di Sant'Antonio Portogruaro
- 20 Luglio Fontane Bianche
- 16 novembre Camminata d'autunno Soligo
- 19 Ottobre San Simon coi baston in favore del Piccolo Rifugio di Vittorio Veneto

# STIMM

Sport Trails In My Mountains

**CALZATURE,  
ABBIGLIAMENTO  
E ATTREZZATURA  
PER LA MONTAGNA  
E LE ATTIVITA' OUTDOOR**

**Via Conegliano, 35/3  
31053 Pieve di Soligo (TV)  
Tel. 0438 840301**



## ESCURSIONISMO

### CHI È FIE



La **Federazione Italiana Escursionismo** nasce nel 1889 e è la più longeva federazione riconosciuta anche a livello europeo, oltre all'Escursionismo propone la Marcia di regolarità alpina, lo Sci alpino ecc... e inoltre si occupa della gestione e manutenzione dei **Sentieri Europei**.

### I NOSTRI ACCOMPAGNATORI

Nel Team dedicato alle escursioni e alle ciaspolate abbiamo Accompagnatori Escursionistici (AE) formati dalle Fie. Vista la nostra insaziabile voglia di camminare, ci è sembrato naturale allargare la nostra attività all'escursionismo in collaborazione con alcune persone che avevano esperienze significative di montagna, abbiamo voluto farlo, come è nostra consuetudine, nella massima sicurezza e quindi le prime proposte sono state accolte con entusiasmo dai nostri Soci e questo ci è stato di stimolo per proporre le uscite del 2025.



**Le escursioni da noi proposte sono riservate esclusivamente ai nostri Soci.**



Farmacia Soligo

La Farmacia al tuo servizio

Lunedì - Sabato  
8.00 - 12.30 / 15.30 - 19.30

Via Muratori, 40/A 31010 Farra di Soligo  
Tel. 0438 83258 [www.farmaciasoligo.it](http://www.farmaciasoligo.it)



---

---

ESPERIENZA E QUALITÀ DAL 1988



Via Carlo Conte, 34  
31010 Farra di Soligo TV  
Tel: 0438 980536  
[stellafruitsas@gmail.com](mailto:stellafruitsas@gmail.com)  
[www.stellafruit.it](http://www.stellafruit.it)



## CIASPOLATE ED ESCURSIONI



### Programma ciaspolate:

- 26 Gennaio Monte Grappa
- 09 Febbraio Cansiglio

### Programma Escursioni:

*(sarà comunicato con largo anticipo)*

Nel corso del 2025 si effettueranno delle escursioni come Asd Hills ed un'associazione ben consolidata nel territorio, oppure con guide professioniste del settore.

- Asd Hills e altra associazione con tessere Fie annuale faremo 7 escursioni
- Asd Hills e altra associazione, con assicurazione giornaliera, massimo 3 volte all'anno (regolamento Fie)
- Guida Professionista in programma 2 ciaspolate e 6 escursioni di cui un week end, a queste uscite tutti i soci possono partecipare.

Eventuali spese di trasporto saranno conteggiate a parte.

## Spaccio Aziendale

Via Verona, 5  
36020 Pove del Grappa  
0424 808426  
info@vipole.it

**SHOP.VIPOLE.IT**



MADE IN ITALY



Bastoncini da  
Nordic Walking  
Trekking

**VIPOLE**



### 3 SEDI UNICA ASSOCIAZIONE

Pur essendo un'unica grande associazione abbiamo la sede principale a **Farra di Soligo** e due sedi periferiche, una a **Vittorio Veneto** e l'altra a **Portogruaro**, siamo disponibili a collaborare con tutte le altre associazioni, comuni, enti pubblici e privati, Pro Loco ecc... al fine di promuovere lo sport per tutti.

Attualmente collaboriamo anche con **Ulss 2 Marca Trevigiana** e **“Lasciamo il segno la rete Trevigiana per l'attività fisica”**.

Come associazione dedichiamo:  
al Nordic Walking  
più di 1000 ore di attività (10 uscite alla settimana)

all'Escursionismo dedicheremo nel 2025  
13 uscite tra ciaspolate ed escursioni

Nel nostro sito trovi tutte le informazioni ed i costi, se ti iscriverai potrai far parte di una grande associazione con un sacco di attività!

SCANSIONAMI



### CONVENZIONI

Inquadra il q-code qui a lato per scoprire le convenzioni che abbiamo stipulato con alcune attività locali in favore dei Soci.



## SOLIGO

È il gruppo principale con circa 150 soci, le nostre uscite sono:

**Lunedì dalle 14.30 alle 16.30**

**Mercoledì dalle 19.00 alle 21.00**

**Venerdì dalle 14.30 alle 16.30**

**Venerdì dalle 19.00 alle 21.00 con 3° tempo**

Domenica **ogni mese un uscita congiunta dei tre gruppi dalle 9.00 alle 11.00.**

A volte proponiamo anche il pranzo nella località dell'uscita.

A Soligo e Portogruaro si tengono i corsi di **formazione degli aspiranti istruttori** che sono gestiti dai maestri Giuliano e Vanni, dall'istruttrice Marcella della Scuola Certificata.

Una volta al mese un **aggiornamento della tecnica gratuito** di sabato pomeriggio.

### **I nostri Istruttori**

Il team di Soligo è composto da **1 maestro e 5 istruttori**:

Giuliano, Marcella, Ferdinanda, Nazareno, Giuliana e Caterina tutti con **grande esperienza** e molte specializzazioni!

**Per info tel. 339 480 9367 Giuliano**



## VITTORIO VENETO

Il gruppo è nato tre anni fa con circa 80 soci, le nostre uscite sono:

**Martedì dalle 19.00 alle 21.00**  
**Giovedì dalle 19.00 alle 21.00**  
**Giovedì dalle 17.15 alle 18.15 adulti e bambini**  
**Sabato dalle 09.00 alle 11.00**

Inoltre, **ogni mese un'uscita congiunta dei tre gruppi dalle 9.00 alle 11.00** a volte proponiamo anche il pranzo nella località dell'uscita.

A Vittorio Veneto ogni mese si tengono i Corsi Base gestiti dalle nostre istruttrici.

Una volta al mese, Il martedì durante l'uscita **ripasso della tecnica**.

### I nostri Istruttori

Il team di Vittorio Veneto è composto da **1 Istruttore e 3 istruttrici**:

Federica, Mariateresa, Cinzia e Luigi che uniti nello spirito di collaborazione e del piacere di fare squadra, mettono a disposizione il loro tempo per i soci.

**Formazione continua** è il loro motto, perché *"Chi continua ad imparare, giorno dopo giorno, resta giovane"* (Henry Ford).

**Per info tel. 3385402892 Federica** (inviare messaggio sarete ricontattati)

# B & B MONTAGGI

PIEVE DI SOLIGO - TV  
[www.bebmontaggi.it](http://www.bebmontaggi.it)





## PORTOGRUARO

Il gruppo è nato quattro anni fa con circa 120 soci, le nostre uscite sono:

Uscite pomeridiane:

**Martedì dalle 15.00 alle 16.30** invernale

**Martedì dalle 17.00 alle 19.00** estivo

**Giovedì dalle 15.00 alle 16.30** invernale

**Giovedì dalle 17.00 alle 19.00** estivo

**Venerdì dalle 15.00 alle 16.30** invernale

**Venerdì dalle 17.00 alle 19.00** estivo

Uscite Serali:

Uscita di camminata veloce per chi vuole qualcosa di più intenso

**Lunedì dalle 20.00 alle 21.00** intensa

**Mercoledì dalle 20.00 alle 22.00**

**Venerdì dalle 20.00 alle 22.00**

Domenica **ogni 15 giorni uscita congiunta dei tre gruppi dalle 9.00 alle 11.00.**

A volte proponiamo anche il pranzo nella località dell'uscita.

A Portogruaro ogni mese si tengono i Corsi Base presso il Parco della Pace gestiti dai nostri Istruttori.

Al sabato pomeriggio **ripasso della tecnica**, previa prenotazione.

Siamo convenzionati con Ute (Università della terza età Latisana)

### I nostri Istruttori

Il team di Portogruaro è composto da **1 Maestro e 3 istruttori**:

Vanni Maestro e referente del gruppo, con Grazia, Silvia e Sonia, la loro grande esperienza e professionalità sono una garanzia!

**Per info tel. 340 336 2660 Silvia**

*Minaprofumeria*

**Concordia Sagittaria (Ve) 30023  
Via Roma, 3 - Tel. 0421.272594  
E-mail: minaprofumeria@gmail.com**

---



**MARGHERITA**

P A S T I C C E R I A

Villanova di Fossalta di Portogruaro (Ve)  
Via Ita Marzotto 27/C  
Tel. 0421 244220



## NORDIC WORKOUT IL NORDIC A TEMPO DI MUSICA

Cos'è:

Il Nordic Workout è una camminata con i bastoncini al ritmo di musica seguendo le indicazioni dell'istruttore, per tonificare la muscolatura e migliorare la coordinazione, un'attività di fitness a 360° all'aria aperta.

Ogni lezione ci permette di mantenere un buon ritmo costante per tutta la durata della sessione lavorando in aerobico potenziamo la muscolatura, miglioriamo la coordinazione e la postura, manteniamo il battito cardiaco costante in zona aerobica.

Le lezioni vengono svolte con cuffie wireless sanificate con copri cuffia e vengono guidate dagli istruttori. E' un mix perfetto per riprendere la forma fisica divertendosi, un'ora di salute per il corpo e la mente.

I nostri istruttori vi faranno vivere un'esperienza straordinaria, vi divertirrete e vi allenerete!

**Per info tel. 340 336 2660 Silvia**



## CAMMINI IN ITALIA

Da qualche anno la nostra associazione ha iniziato a proporre ai soci l'idea del "cammino" fautori di questa proposta sono stati Antonella e Giuliano, che come moderni pellegrini hanno iniziato a percorrere e selezionare i cammini in base alla propria esperienza, all'insegna della scoperta dei tanti bellissimi percorsi che la nostra penisola ci può offrire, siano essi cammini spirituali, storici o naturalistici.

Ecco una panoramica dei Cammini già fatti:

- **Di qui passò Francesco** dal Santuario di La Verna ad Assisi
- **Via degli Dei** da Bologna a Firenze
- **Via Flavia** da Muggia ad Aquileia
- **Cammino dei Borghi silenti** in Umbria
- **Cammino dei briganti** in Abruzzo
- **Cammino d'Oropa** in Piemonte
- **Cammino Materano** da Bari a Matera
- **Grande Traversata Elbana** Isola D'Elba

### Programma Cammini 2025

10 - 15 Maggio

#### **Traversata dell'Isola d'Elba**

6 giorni, 4 tappe Km 80 dislivello 2.000 mt

07- 18 Agosto

#### **La Verna Assisi**

11 giorni, 9 tappe Km 190 dislivello 4.360mt



## VIAGGI E CULTURA

La nostra associazione sportiva oltre a proporre attività fisica attraverso il Nordic Walking e l'escursionismo, **propone momenti di aggregazione in altri contesti.**

Lo scorso anno abbiamo organizzato un viaggio di tre giorni a Roma per partecipare al Festival del Nordic Walking organizzato dalla Scuola Italiana Nordic Walking.

**Quest'anno un viaggio nelle Marche di quattro giorni con escursioni e degustazioni di prodotti tipici.**

Inoltre proponiamo **visite a mostre** ecc...

Abbiamo in programma di realizzare:

- **serate con degli autori di libri sul tema dello sport e delle montagna,**
- **conferenze sulla sana alimentazione degli sportivi,**
- **corsi per la realizzazione di simpatiche composizioni**

e molte altre cose.



**AUTOMECC** AUTOFFICINA  
Gommista, MECCATRONICA  
Elettrauto, Revisioni *di Cason Vanni*

Cell. 338 3183695 

Via Vittorio Veneto, 33/3 - 31053 Pieve di Soligo (TV)

---



Viale Venezia, 27  
0438 451112

Via XXIV Maggio, 141  
349 29 74 624

Conegliano (TV)

[www.gardenconegliano.com](http://www.gardenconegliano.com) | [tuttoperla@gmail.com](mailto:tuttoperla@gmail.com)



@gardenconegliano



*Foto di Arcangelo Piai*

## **PERCORSI SULLE COLLINE DEL PROSECCO**

La nostra Associazione, in modo particolare i gruppi di Soligo e di Vittorio Veneto, frequentano ogni giorno il recente sito Unesco dalle magiche colline, negli anni abbiamo sviluppato percorsi in tutto il territorio del Quartier del Piave, della Vallata, dell'area del Collalto e tutta l'area di Vittorio Veneto, Cappella maggiore e Colle Umberto. E' possibile scaricare gratuitamente tutti i percorsi, alcuni dal nostro sito alla pagina Nordic Waking Park e altri attraverso l'applicazione Komoot, cercando Asd Hills. Ne abbiamo selezionati più di 150!

Alcuni sono stati realizzati in collaborazione con la Pro Loco di Soligo e li trovate nel sito **[www.prolocosoligo.it](http://www.prolocosoligo.it)**.

Stiamo inoltre progettando il "Cammino del Poeta" dedicata al poeta Andrea Zanzotto, si tratta di un percorso ad anello, articolato in 90 km in 5 tappe, che parte da Pieve di Soligo sulle tracce del grande poeta. Pensiamo di concluderlo entro la metà del 2025, andrà ad aggiungersi all'ormai collaudato Cammino delle Colline del Prosecco.

**NaturalMenteGuide** è un gruppo formato da Mary, Marta, Paola, Elena ed Emanuela, **Guide Ambientali Escursionistiche**, socie **AIGAE**.

Da numerosi anni lavoriamo nel settore dell'educazione naturalistica e dell'accompagnamento in ambiente.

**Organizziamo escursioni per adulti e bambini**, trekking, uscite didattiche per le scuole, immersioni in foresta, team building, corsi di approfondimento.

Accompagniamo le persone nella zona che va dal Monte Grappa, alla Foresta del Cansiglio e all'Alpago, passando per le colline Unesco e la Valbelluna.

Ciò che ci accomuna è principalmente la voglia di trasmettere l'interesse per le piccole cose, l'attenzione al dettaglio e la curiosità verso la scoperta di ciò che ci circonda. Sempre in punta di piedi, con rispetto... perchè la Natura va conosciuta, amata e solo così potrà essere finalmente protetta.

Per scoprire tutti i nostri eventi:  
**www.naturalmenteguide.com**  
naturalmenteguide@gmail.com  
Cell. 370 13 89 543

Seguici anche sui Social!



**Associazione "Una montagna di sentieri"** con sede a Sernaglia della Battaglia, iscritta al **RUNTS: Registro Unico del Terzo Settore** e dal 2014 affiliata alla **FIE: Federazione Italiana Escursionismo**.

La passione per la montagna di un gruppo di amici ha portato nel 2013 alla costituzione dell'associazione. In particolare, l'associazione ha come oggetto la conoscenza del nostro territorio, sotto il profilo escursionistico, naturalistico e storico.

A tal fine **si propone di promuovere visite guidate, nell'ambiente collinare, prealpino e montano ma non solo**. Le nostre proposte sono graduate per difficoltà e si svolgono **principalmente nei territori più vicini a noi**. Nel nostro programma si possono trovare anche visite a luoghi storici e culturali di alcune città ed escursioni in bicicletta. Tutte le escursioni hanno copertura assicurativa dei partecipanti e sono guidate da esperti e qualificati Accompagnatori escursionistici FIE.

Per conoscere il programma dettagliato visitate il nostro sito internet: **www.unamontagnadisentieri.it**



## SETTORE GIOVANILE E SCUOLA

L'attenzione per i giovani è sempre stata una priorità nei progetti elaborati da Asd Hills e molte sono state le esperienze con i giovani, dalle scuole ai centri estivi. Recentemente abbiamo redatto un progetto rivolto alle scuole secondarie di Primo grado e di Secondo grado con l'intento di far conoscere maggiormente questa disciplina sportiva che da qualche anno è stata inserita nella Fidal (Federazione Italiana di Atletica Leggera) con un Campionato nazionale di velocità e di tecnica, i nostri Istruttori sono Tecnici della Federazione.

Il Progetto, molto ben strutturato, è stato creato dai nostri istruttori:

Grazia ex Insegnante delle scuole superiori a Portogruaro, Federica psicologa ed educatrice a Vittorio Veneto e Giuliano Maestro di Nordic Walking e Presidente di Asd Hills, per l'area Quartier del Pieve, Vallata, Valdobbiadene e Conegliano.

A Portogruaro Grazia ha già da tempo iniziato l'attività formando 4 Docenti in Scienze Motorie ed insegnando ad alcune classi delle superiori la tecnica, l'intento è di formare dei giovani istruttori cercando di coinvolgere le fasce di età dai 15 ai 20 anni. Il progetto verrà collegato a quello nazionale che la Scuola Italiana Nordic Walking sta attivando e Grazia sarà la nostra referente del settore.



## PROGETTI SOCIALI

Uno dei pilastri principali della nostra associazione è il coinvolgimento nelle nostre attività di persone con disabilità o con problematiche di altro tipo, da cinque anni abbiamo un Progetto di attività fisica, socializzazione e l'inclusione con l'**Associazione Fabrizio Viezzer OdV** che coinvolge la **Comunità Alloggio "Una casa tra le case"** e il **Gruppo appartamento "Come a casa mia" di Soligo**.

Inoltre abbiamo un progetto con l'**Aism (Ass. Italiana Sclerosi Multipla) sezione di Treviso**, altri progetti con la **Cooperativa Itaca** e **Aisf (Ass. Italiana Sindrome Fibromialgica) di Portogruaro**, con la quale abbiamo firmato un accordo per l'anno 2024 che prevede un corso base ed un'uscita settimanale.

Proponiamo tre manifestazioni annuali, una a marzo, una a luglio e una ad ottobre nelle quali il ricavato sarà devoluto interamente al **Piccolo Rifugio di Vittorio Veneto** e all'**Associazione Fabrizio Viezzer OdV** per dei progetti ben definiti in favore dei residenti delle Comunità, quella di luglio ancora da destinare.

Altre esperienze le abbiamo avute con il Dipartimento di salute mentale **Ulss 2 Marca Trevigiana** con la quale collaboriamo per un progetto di prevenzione. Da anni facciamo parte di **"Lasciamo il segno"** la rete Trevigiana dell'attività fisica.



## CALENDARIO ATTIVITA' DI ASD HILLS 2025

GENNAIO	FEBBRAIO	MARZO	APRILE	MAGGIO	GIUGNO	LUGLIO	AGOSTO	SETTEMBRE	OTTOBRE	NOVEMBRE	DICEMBRE
05 Befana Porto per tutti	08 Corso Walk Porto	01/08 Corso base	05/12 Corso base	17/24 Corso base	08 S. Antonio Portogruaro	06 Cansiglio	06	07 Malghe Milane	11/18 Corso base	16 Camminata d'autunno	
20 Inizio NW	15 Corso Walk Soligo	02 Lignano Tagliamento	27 Tenuta La Fagiana	18 Codognè	13/14/15 Festival	20 Fontane Blanche	19	13/20 Corso Base	19 San Simon Coi baston	29 Cena sociale	
	23 Monte Villa	16 NW Solidarity		25 Pianezze Malga	19/22 Viaggio Marche		26		26 Cammino L'Italia		20 Chiusura attività
		08 Festa del- la Donna		Cammino 10/15 Isola D'Elba			Cammino 07/18 S. Francesco				
26 Claspe Guida	09 Claspe Guida		06 Guida Escursione	04 Guida Escursione	01 Guida Escursione	13 Guida Escursione			12 Guida Escursione		
		23 Hills Escursione		18 Hills Escursione	15 Hills Escursione		03 Hills* Escursione	14 Hills Escursione		23 Hills* Escursione	
		29 Migliora tecnica	26 Migliora tecnica	31 Migliora tecnica				27 Migliora tecnica			
ESCURSIONI CON NATURALMENTE GUIDE COSTO € 20,00											
USCITE DI NORDIC WALKING											
CORSI BASE											
CIASPOLATE CON NATURALMENTE GUIDE € 20,00											
MIGLIORAMENTO TECNICA											
CAMMINI D'ITALIA											
CAMMINATE APERTE A TUTTI											
ATTIVITA' DI ALTRE REALTA' A CUI PARTECIPEMO											
ATTIVITA' SOCIALI											
ESCURSIONI HILLS E ALTRA ASSOCIAZIONE											



BANCA DELLA MARCA

#condividiAMO

Da oltre 125 anni condividiamo  
i progetti delle persone e lo sviluppo del territorio.

[bancadellamarca.it](http://bancadellamarca.it)



**Banca della Marca**  
CREDITO COOPERATIVO

Gruppo Bancario Cooperativo Icrea