



Occasione Escursione nordic walking a Treviso- offerta camminata in Val di Fiemme a Treviso

€

Mappa

□

La salute è in movimento! Abbiamo portato il Nordic Walking a Treviso; ora stiamo innovando il mondo del fitness, con le proposte di ginnastica posturale della palestra Strada Facendo Indoor. L'associazione sportiva dilettantistica Strada Facendo nasce a Treviso nel 2006, inizialmente come scuola di Nordic Walking. Nel 2012 il costante successo nelle attività per il benessere psico-fisico della persona, ci ha spinti ad aprire la palestra Strada Facendo Indoor. Oggi STRADA FACENDO è una tra le più note associazioni sportive nel trevigiano, molto attiva nel promuovere la cultura del benessere tramite discipline motorie e svariate iniziative di informazione e sensibilizzazione sullo sport, sull'alimentazione corretta, sulla postura ideale e sulla salute in generale, anche in partnership con associazioni ed enti locali. Tra le collaborazioni più prestigiose, STRADA FACENDO ha ricevuto incarico dalla Ulss 2 di organizzare i gruppi di cammino a Treviso e provincia.

Descrizione

Camminata Nordic Walking dal Rifugio Refavaie (Tn), a 1110 mt, che raggiungeremo in macchina da Caoria nella valle del Vanoi. E' una bella e lunga camminata ad anello che nella prima parte percorre la storica mulattiera che univa il Vanoi con la Val di Fiemme. La mulattiera sale costantemente con pendenze regolari fino a Malga Laghetti a 1582 mt. Qui faremo la sosta per il pranzo al sacco, godendoci della vista spettacolare del versante settentrionale di Cima D'Asta, Col del Vento e Cima Corna. Lasciata la Malga, puntiamo al Lago Nero o lago Cauriòl (1616 mt). Siamo immersi nel silenzio totale di uno dei luoghi più remoti della Val Vanoi. Attraversiamo la vallata e scendiamo per la strada forestale, che, dopo una serie di tornanti, ci riporta al torrente Vanoi, e da lì al punto di partenza. PROGRAMMA Ritrovo a Treviso: ore 7.30 parcheggio via Cisole (Monigo) Ritrovo in loco: ore 9.30 parcheggio del Rifugio Refavaie a Caoria (TN) Lunghezza: 11 km Durata: 4,5/5 ore, compresa la sosta per il pranzo al sacco Dislivello: 550 m Difficoltà: impegnativo Note: abbigliamento a cipolla, k-way se il tempo è incerto, scarpe con buon grip; acqua e spuntino di frutta. Pranzo al sacco. Noleggio bastoncini (solo per chi conosce già la tecnica del Nordic Walking): € 2

Contatti

A.S.D. STRADA FACENDO

Tel. 0422 1742081

<http://www.stradafacendotreviso.it>

V. Tommaso Salsa 2 A, Treviso, 31100

Nessun orario indicato