## Giovedì 11 e venerdì 12 agosto
ATTIVITÀ PER BAMBINI E RAGAZZI

### Giochiamo con lo Yoga
***Una pratica divertente e gioiosa per avvicinare il bambino all'ascolto del suo corpo, del suo respiro e condividere un momento di gioco con altri piccoli grandi uomini!***

Yoga per bambini dai 4 ai 10 anni presso l'area sosta camper "Un Po di sosta ai piedi del Monviso" a Paesana.
Attività di due giorni dalle ore 10,00 alle ore 17,00
*Tariffa: € 30,00 a partecipante per i 2 giorni*
*• pranzo facoltativo a € 5,00*
***Prenotazione obbligatoria entro il 10 agosto 2016***

## Sabato 13 agosto
MTB

### Le montagne che uniscono!
***Traversata Paesana - Sampeyre***

Pedalata tra le valli Po e Varaita
con le guide MTB della Discovery Monviso ASD.
*Dislivello: 1.100 metri circa*
*Ritrovo alle ore 9,00 a Paesana*
*Servizio shuttle per raggiungere il punto di partenza*
*Tariffa: € 25,00 a persona*
*(compresa tessera associativa con copertura assicurativa)*
***Prenotazione obbligatoria entro il 11 agosto 2016***

## Sabato 13 agosto
VISITA GUIDATA E OSSERVATORIO ASTRONOMICO

### Carpe diem!
***Meridiane e stelle cadenti a Bellino***

Pomeriggio dedicato alla visita delle borgate di Bellino, risalendo a piedi tutto il vallone da Borgata Chiesa al Melezè. Camminando lungo l'antica via di collegamento, ci sincronizzeremo con l'ora locale, prendendo il ritmo della vita bellinese, scoprendo scorci nascosti e fantastici tesori artistici ed architettonici.
Dopo cena, saranno gli astrofili della Bisalta ad accompagnarci tra le stelle del cielo estivo attraverso l'oculare del telescopio dell'Osservatorio di Bellino.
*Dislivello della camminata: 400 metri circa*
*Ritrovo alle ore 14 presso il rifugio Melezè*
*Tariffa: 15,00 € a persona comprensiva di servizio navetta, accompagnamento e ingresso all'osservatorio*
*Cena a prezzo convenzionato su prenotazione*

## Domenica 14 agosto
MTB

### Giro della Battagliola
***Pedalata ad anello sul colle della Battagliola con le guide MTB della Discovery Monviso ASD.***

*Dislivello: 1.000 metri circa*
*Ritrovo alle ore 7,45 a Paesana • alle ore 8,30 presso Segnavia • Porta di Valle a Brossasco • alle ore 9,00 a Casteldelfino*
*Servizio shuttle per raggiungere il punto di partenza*
*Tariffa: € 25,00 a persona*
*(compresa tessera associativa con copertura assicurativa)*
***Prenotazione obbligatoria entro il 12 agosto 2016***

## Martedì 16 agosto
ESCURSIONISMO

### Traversata Bellino - Chianale

Lunga escursione che ci condurrà tra i pascoli dell'alto alpeggio di Bellino, sino alla base del Mongioia, per poi scendere nell'ambiente selvaggio del Vallon de Rubren e rientrare in valle Varaita dal col de Longet e perdere quota nel vallone del Lago Blu sino a Chianale.
*Dislivello: 1.400 metri circa*
*Ritrovo alle ore 6,45 presso Segnavia - Porta di Valle a Brossasco*
*Tariffa: € 20,00 a persona*
***Prenotazione obbligatoria entro il 15 agosto 2016***

## Mercoledì 17 agosto
ATTIVITÀ PER BAMBINI E RAGAZZI

### LO SGUARDO de Il Bosco Incantato
***Cosa mi racconta un albero***

Faremo la conoscenza diretta di molti alberi che abitano Il Bosco Incantato: attraverso i racconti della loro vita, impareremo ad essere amici e a condividere con loro il grande dono dell'amore per Madre Natura.
Pomeriggio esperienziale alla scoperta dei 5 sensi ad Ostana
*Fascia età 4 - 10*
*Orario: 14,30 - 17,30*
*Tariffa: 10,00 € (animazione e merenda)*
***Prenotazione obbligatoria entro il 16 agosto 2016***

## Venerdì 19, sabato 20 e domenica 21 agosto
TREKKING

### Giro di Viso

Classico trekking di 3 giorni al cospetto el Re di pietra. Percorso escursionistico senza particolari difficoltà, affrontato a passo tranquillo per goderci i panorami e vivere gli ambienti che circondano la montagna simbolo delle Alpi Occidentali. La varietà del paesaggio e del percorso ci aiuterà ad affrontare le salite più lunghe e qualche stambecco ci aspetterà in cima ai valichi o nelle vicinanze dei rifugi per complimentarsi con noi! Un trekking ben bilanciato che non può mancare nel curriculum di ogni escursionista!
***Prenotazione obbligatoria entro il 7 agosto 2016***

## Martedì 23 agosto
ESCURSIONISMO

### Traversata delle valli del Monviso

Escursione tra valle Varaita e valle Po, su una delle più antiche vie di comunicazioni intervallive. Si percorrerà il vallone del Rio Morinesio, sopra l'abitato di Sampeyre e al margine del bosco dell'Alevè, per salire sul colle di Luca a 2.437 metri. Discesa passando accanto ai Laghi Bulè, per arrivare al vertice del vallone di Oncino.
*Dislivello: 800 metri circa*
*Ritrovo alle ore 6,45 a Paesana e alle 7,30 presso Segnavia - Porta di Valle a Brossasco*
*Tariffa: € 20,00 a persona*
***Prenotazione obbligatoria entro il 22 agosto 2016***

## Mercoledì 24 agosto
ATTIVITÀ PER BAMINI E RAGAZZI

### IL SOLE
***Semplicemente e naturalmente creativi***

"Un sole dipinto con le dita, un altro con i gessetti, un sole tutto a puntini fatto col pennarello. Ma in quanti modi si può disegnare e colorare il sole? Forse con la penna a sfera? Con le carte ritagliate? Con i pastelli gialli e rossi?" Ispirandoci al libro "Disegnare il sole" di Bruno Munari scopriremo insieme i tanti modi per rappresentare il nostro sole!
Pomeriggio esperienziale alla scoperta dei 5 sensi ad Ostana.
*Fascia età 4 - 10*
*Orario: 14,30 - 17,30*
*Tariffa: 10,00 € (animazione e merenda)*
***Prenotazione obbligatoria entro il 23 agosto 2016***

## Sabato 27 agosto
VISITA GUIDATA E OSSERVATORIO ASTRONOMICO

### Il cielo e le borgate di Bellino

Visita guidata delle borgate Celle e Chiazale, tra meridiane, aneddoti, affreschi e un'architettura alpina perfettamente conservata.
Visita guidata del cielo tra costellazioni, pianeti, nebulose e galassie presso l'osservatorio astronomico in compagnia dell'Associazione Astrofili Bisalta.
*Ritrovo ore 20,30 presso l'Osservatorio Astronomico*
*(tra le borgate Celle e Chiazale)*
*Tariffa: € 10,00 a persona*
***Prenotazione obbligatoria entro il 26 agosto 2016***

## Mercoledì 31 agosto
ATTIVITÀ PER BAMBINI E RAGAZZI

### ESPLORATORI PER UN GIORNO ne Il Bosco Incantato
***Impariamo a cavarcela insieme!***

Ci perderemo per poi ritrovarci in un bosco delle meraviglie che per qualche ora diventerà campo di avventure degne di Robinson Crusoe!
Pomeriggio esperienziale alla scoperta dei 5 sensi ad Ostana
*Fascia età 4 - 10*
*Orario: 14,30 - 17,30*
*Tariffa: 10,00 € (animazione e merenda)*
***Prenotazione obbligatoria entro il 30 agosto 2016***

Per ogni uscita è possibile usufruire del servizio di trasporto, concordando il punto di ritrovo al momento dell'iscrizione.
**Le uscite si effettueranno con un numero minimo di 5 partecipanti.**
**LA PRENOTAZIONE È OBBLIGATORIA.**
Prenotate il servizio che desiderate entro due giorni prima della data prescelta chiamando
**DANIELE** al **+39 349 7431827**, **ELEONORA** al **+39 346 6875081**, oppure **SEGNAVIA** al **+39 0175 689629**.

Per il trekking
**Il lato nascosto delle Valli del Monviso**
occorre prenotare entro il **5 luglio 2016**
e riceverete i dettagli del percorso e i costi chiamando o inviando una mail a Segnavia o a AlpInside.

Per il trekking esperienziale
**Monviso Teambuilding**
occorre prenotare entro il **10 luglio 2016**
e riceverete i dettagli del soggiorno e i costi chiamando o inviando una mail a Segnavia o a AlpInside.

Per il **giro di Viso**
occorre prenotare entro il **7 agosto 2016**
e riceverete i dettagli del percorso e i costi chiamando o inviando una mail a Segnavia o a Alpinside.

Il servizio è organizzato in collaborazione da Alpinside - Paesana e Segnavia - Porta di Valle - Brossasco
Qualunque uscita è ripetibile in altre date, su richiesta, con un gruppo di minimo 6 persone.

**AlpInside - Monge Eleonora**
Consulenze turistiche in Valle Po - Quelli che amano avere il Monviso come Stella Polare
Via Bertaina 5/c - Paesana (CN) - tel. +39 346 6875081 - info@alpinside.it - www.alpinside.it

**Segnavia • Porta di valle**
Agenzia viaggi incoming specializzata Valle Varaita e provincia di Cuneo
Libreria montagna, viaggi, cartografia, bar, merende sinoire
Valle Varaita - BROSSASCO (CN) - Tel. +39 0175 689629 - info@segnavia.piemonte.it - www.segnavia.piemonte.it
Aperto tutti i giorni dalle 7 alle 19 - Chiuso il lunedì

# Impronte d'Estate
## nelle Valli del Monviso
## 2016

**SEGNAVIA**
libreria - agenzia viaggi - caffetteria

ALPINSIDE

## Sabato 2 e domenica 3 luglio
OSSERVATORIO ASTRONOMICO
E ESCURSIONISMO

## Sabato 2 luglio
**Il cielo di Bellino**

Visita guidata del cielo tra costellazioni, pianeti, nebulose e galassie presso l'osservatorio astronomico in compagnia dell'Associazione Astrofili Bisalta.
*Ritrovo ore 22,30*
*presso l'Osservatorio Astronomico*
*(tra le borgate Celle e Chiazale)*

## Domenica 3 luglio
**Mongioia (3.340 m)**

Escursione sulla cima più alta del vallone di Bellino, attraversando i grandi pascoli d'alpeggio per arrivare in un ambiente di alta montagna che ci accoglierà con il magnifico laghetto a fianco del bivacco Boerio. Ultimo tratto più tecnico per conquistare la vetta!
*Dislivello: 1.500 m circa*
*Ritrovo alle ore 7,30 a S.Anna di Bellino*
*oppure alle ore 6,45 presso Segnavia - Porta di Valle a Brossasco*
*Tariffe:*
*• Osservazione di sabato sera € 5,00 a persona*
*• Escursione delle domenica € 15,00 a persona*
*• Visita guidata, osservazione e escursione € 20,00 a persona*
***Prenotazione obbligatoria entro il 1 luglio 2016***

## Mercoledì 6 luglio
ATTIVITÀ PER BAMBINI E RAGAZZI
**IL TOCCO de Il Bosco Incantato**
***Mandala e percorso sensoriale***

Foglie, frutti, fiori, legno, erba, sabbia potrebbero essere alcuni degli elementi suggeriti dal bosco per costruire il nostro mandala.Poi, a piedi scalzi ascolteremo con tutti i nostri sensi ciò che di magico ha da raccontarci Il Bosco Incantato.
Pomeriggio esperienziale alla scoperta dei 5 sensi ad Ostana.
*Fascia età 4 - 10*
*Orario: 14,30 - 17,30*
*Tariffa: 10,00 €*
*(animazione e merenda)*
***Prenotazione obbligatoria***
***entro il 5 luglio 2016***

## Venerdì 8 - sabato 9 e domenica 10 luglio
TREKKING
**Il lato nascosto delle valli**
**del Monviso**

Trekking al cospetto del Monviso su itinerari poco frequentati e selvaggi, a cavallo tra la valle Varaita e la valle Po. Durante i primi due giorni si attraverseranno magnifici ambienti nivali d'alta quota, toccando quasi i 3000 metri di quota al passo Calata', mentre nel terzo giorno si entrerà nel meraviglioso mondo del bosco dell'Aleve' per una conclusione più soft del tour. I pernottamenti saranno nei caratteristici rifugi Alpetto e Bagnour.
***Prenotazione obbligatoria entro il 5 luglio 2016***

## Mercoledì 13 luglio
ATTIVITÀ PER BAMBINI E RAGAZZI
**IL SUONO de Il Bosco Incantato**
***Un fiume di suoni e di rumori***
*"Che meraviglia! Che meraviglia!*
*L'acqua non nasce nella bottiglia!!"*

Ascolteremo, drammatizzeremo e riproduremo il lungo viaggio della nostra amica Lina: dal mare, alla punta del Monviso, fino ai primi km di vita del nostro fiume Po.Un viaggio per piccoli e grandi esploratori tra musica, arte e creatività.
Pomeriggio esperienziale alla scoperta dei 5 sensi ad Ostana
*Fascia età 4 - 10*
*Orario: 14,30 - 17,30*
*Tariffa: 10,00 € (animazione e merenda)*
***Prenotazione obbligatoria entro il 12 luglio 2016***

## Sabato 16 e domenica 17 luglio
TREKKING ESPERIENZIALE
**Monviso Teambuilding**
***La montagna come esperienza aggregativa***

Salire su una cima, raggiungere una vetta, fare la scalata: tutte espressioni, attraverso il riferimento metaforico alla montagna, che indicano il successo, il raggiungimento degli obiettivi, l'andare verso l'alto. La montagna, dunque come simbolo di determinazione, di punto di arrivo, di meta più o meno raggiungibile che ben rappresenta l'idea di "farcela".
I partecipanti condivideranno un percorso attraverso sessioni di lavoro controllate che avranno come obiettivo un miglioramento in termini di salute psicologica e fisica.
Base camp dell'esperienza sarà il Rifugio Quintino Sella, alla base del Monviso.
***Prenotazione obbligatoria entro il 10 luglio 2016***

## Domenica 17 luglio
MTB
**Orizzonte Monviso**
***Paesana - Serre di Oncino***

Pedalata sulle prime due tappe del percorso "Orizzonte Monviso" con le guide MTB della Discovery Monviso ASD.
*Dislivello: 1.000 metri circa*
*Ritrovo alle ore 9,00 a Paesana*
*Rientro con servizio shuttle*
*Tariffa: € 25,00 a persona*
*(compresa tessera associativa con copertura assicurativa)*
***Prenotazione obbligatoria entro il 15 luglio 2016***

## Martedì 19 luglio
ESCURSIONISMO
**Sulle tracce di Steve**
***Colle della Battagliola e Pas del Ciat***

Entreremo nell'atmosfera della battaglia combattuta il 19 luglio del 1744, ripercorrendo questi sentieri e leggendo il racconto delle avventure di Steve: la guida bellinese che accompagnò l'esercito francese attraverso passaggi nascosti per attaccare i piemontesi. Il colle della Battagliola è uno dei più bei punti panoramici della valle, con una vista impagabile. Il Pas del Ciat è un passaggio un po' più tecnico, che metterà un po' di pepe all'escursione!
*Dislivello: 1.150 metri circa*
*Ritrovo alle ore 7,30 presso Segnavia - Porta di Valle a Brossasco*
*Tariffa: € 15,00 a persona*
***Prenotazione entro il 18 luglio 2016***

## Mercoledì 20 luglio
ATTIVITÀ PER BAMBINI E RAGAZZI
**LO SGUARDO de Il Bosco Incantato**
***Cosa mi racconta un albero***

Faremo la conoscenza diretta di molti alberi che abitano Il Bosco Incantato: attraverso i racconti della loro vita, impareremo ad essere amici e a condividere con loro il grande dono dell'amore per Madre Natura.
Pomeriggio esperienziale alla scoperta dei 5 sensi ad Ostana
*Fascia età 4 - 10*
*Orario: 14,30 - 17,30*
*Tariffa: 10,00 € (animazione e merenda)*
***Prenotazione obbligatoria entro il 19 luglio 2016***

## Sabato 23 luglio
ESCURSIONISMO
**Giro del Pic d'Asti**

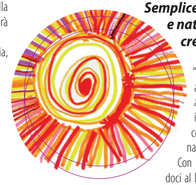
Escursione ad anello tra Italia e Francia, in un ambiente selvaggio e incontaminato. Partendo dal laghetto lungo la strada del colle dell'Agnello, salita diretta alla sella del Pic d'Asti e passaggio in territorio francese alla ricerca dell'ultima rimasta. Prima di rientrare in Italia, per chi lo vorrà, sarà possibile salire i 3.200 metri della cima del Pan di Zucchero.
In seguito all'escursione, visita di Chianale, uno dei Borghi più belli d'Italia, e al suo Museo del Costume.
*Dislivello: 1.000 metri circa*
*Ritrovo alle ore 7,30 presso Segnavia - Porta di Valle a Brossasco*
*Tariffa: € 15,00 a persona*
***Prenotazione obbligatoria entro il 22 luglio 2016***

*Museo del Costume e dell'Artigianato tessile*

## Domenica 24 luglio
MTB
**Orizzonte Monviso**
***Oncino - Crissolo - Ostana - Paesana***

Pedalata sul due tappe del percorso "Orizzonte Monviso" con le guide MTB della Discovery Monviso ASD.
*Dislivello: 800 metri circa*
*Ritrovo alle ore 9,00 a Paesana*
*Servizio shuttle per raggiungere il punto di partenza*
*Tariffa: € 25,00 a persona*
*(compresa tessera associativa con copertura assicurativa)*
***Prenotazione obbligatoria entro il 22 luglio 2016***

## Mercoledì 27 luglio
ATTIVITÀ PER BAMBINI E RAGAZZI
**IL SOLE**
***Semplicemente e naturalmente creativi***



"Un sole dipinto con le dita, un altro con i gessetti, un sole tutto a puntini fatto col pennarello. Ma in quanti modi si può disegnare e colorare il sole? Forse con la penna a sfera? Con le carte ritagliate? Con i pastelli gialli e rossi?" Ispirandoci al libro "Disegnare il sole" di Bruno Munari scopriremo insieme i tanti modi per rappresentare il nostro sole!
Pomeriggio esperienziale alla scoperta dei 5 sensi ad Ostana
*Fascia età 4 - 10*
*Orario: 14,30 - 17,30*
*Tariffa: 10,00 € (animazione e merenda)*
***Prenotazione obbligatoria entro il 26 luglio 2016***

## Sabato 30 luglio
ESCURSIONISMO
**Colle del Lupo**

Escursione ad anello che ci porterà in un ambiente lunare e poco frequentato. Salita classica da Chianale ai laghi Blu, Longet e Bes, per poi inoltrarci nel vallone del Lupo, lasciando le praterie e trovandoci tra rocce e pietraie d'alta quota. Discesa sul versante del vallone di Fiutrusa per arrivare a Genzana dove ci attenderà la navetta per il rientro.
*Dislivello: 1.200 metri circa*
*Ritrovo alle ore 7,30 presso Segnavia - Porta di Valle a Brossasco*
*Tariffa: € 15,00 a persona*
***Prenotazione obbligatoria entro il 29 luglio 2016***

## Da lunedì 1 a venerdì 5 agosto
ATTIVITÀ PER BAMBINI E RAGAZZI
**CambiaMenti (cre)attivi**

Una settimana dedicata totalmente ai bambini e ai ragazzi che entreranno a far parte di una grande officina di manualità creativa con laboratori all'insegna di sport, musica, yoga e attività trapper!
*Fascia età: 4 - 10*
*Campo base: Area camper "Un Po di sosta ai piedi del Monviso" a Paesana*
*Tariffe:*
*€15,00 a bambino "giornata intera con animazione a tema" (pranzo facoltativo a € 5)*
***Prenotazioni entro il giorno prima di ogni laboratorio proposto***
*€40,00 a bambino "2 giorni con animazioni, cena, notte in tenda e colazione" (pranzo facoltativo a € 5)*
***Prenotazione entro il 24 Luglio***
*€150,00 a bambino "5 giorni con animazioni, cena, notti in tenda, colazioni e pranzi"*
***Prenotazione entro il 24 Luglio***

## Mercoledì 3 agosto
ATTIVITÀ PER BAMBINI E RAGAZZI
**IL TOCCO de Il Bosco Incantato**
***Mandala e percorso sensoriale***

Foglie, frutti, fiori, legno, erba, sabbia potrebbero essere alcuni degli elementi suggeriti dal bosco per costruire il nostro mandala.Poi, a piedi scalzi ascolteremo con tutti i nostri sensi ciò che di magico ha da raccontarci Il Bosco Incantato.
Pomeriggio esperienziale alla scoperta dei 5 sensi ad Ostana.
*Fascia età 4 - 10 • Orario: 14,30 - 17,30*
*Tariffa: 10,00 € (animazione e merenda)*
***Prenotazione obbligatoria entro il 2 agosto 2016***

## Martedì 9 agosto
ESCURSIONISMO
**Traversata Po - Pellice**

Bella traversata tra le due valli confinanti, partendo dalla base del Monviso, passando due colli intorno ai 2.700 metri e toccando due tra i più importanti rifugi della valle Pellice: il Granero e il Jervis. Partiremo in un ambiente di alta montagna, per poi scendere sui morbidi pendii di una valle glaciale che confluisce nel grande pianoro della Conca del Prà.
*Dislivello: 1.000 metri circa*
*Ritrovo alle ore 6,45 presso Segnavia - Porta di Valle • alle 7,30 a Paesana*
*Tariffa: € 20,00 a persona*
***Prenotazione obbligatoria entro il 8 agosto 2016***

## Mercoledì 10 agosto
ATTIVITÀ PER BAMBINI E RAGAZZI
**IL SUONO de Il Bosco Incantato**
***Un fiume di suoni e di rumori***
*"Che meraviglia! Che meraviglia!*
*L'acqua non nasce nella bottiglia!!"*

Ascolteremo, drammatizzeremo e riproduremo il lungo viaggio della nostra amica Lina: dal mare, alla punta del Monviso, fino ai primi km di vita del nostro fiume Po.Un viaggio per piccoli e grandi esploratori tra musica, arte e creatività.
Pomeriggio esperienziale alla scoperta dei 5 sensi ad Ostana
*Fascia età 4 - 10 • Orario: 14,30 - 17,30*
*Tariffa: 10,00 € (animazione e merenda)*
***Prenotazione obbligatoria entro il 9 agosto 2016***